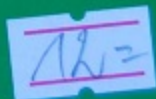


ПЕТЪР ДЪНОВ

ХЛЯБА НАШ НАСЪЩНИ

**ХРАНИ, ХРАНЕНЕ, ВОДА,
ЛЕЧЕНИЕ**

**Поради комплексния характер
на лечебните методи
в книгата са включени
рецепти за най-разпространените
заболявания, упражнения за
дишане и основните шест
гимнастически упражнения.**



ПЕТЪР ДЪНОВ

ХЛЯБА НАШ НАСЪЩНИ

**ХРАНИ, ХРАНЕНЕ, ВОДА,
ЛЕЧЕНИЕ**



ПЕТЪР ДЪНОВ

ХЛЯБА НАШ НАСЪЩНИ
Храни, хранене, вода, лечение

Първо издание

© Издателство „Астрала“, 2007
ISBN 109789545621178

© Съставител *Свилен Чорбаджиев*
Компютърно оформление на корицата
и предпечатна подготовка *Мария Найденова*

Издателство „Астрала“
E-mail: astra123@abv.bg

Печат и подвързия „АБАГАР“ АД — В. Търново

СЪДЪРЖАНИЕ

ЗАКОНЪТ НА ХРАНЕНОТО

- Храносмилателна система / 5
- Черен дроб и жлъчка / 18
- Отношения / 26
- Грехопадението / 43
- Храната – начин на живот / 56
- „Обичаш ли ме?“ / 75
- Вино / 90
- Отказът / 102
- Слово / 110
- Любовта / 118

ХРАНИ И ХРАНЕНЕ

- Качества на храните плодове, зеленчуци, растения / 131;
сокове и отвари / 173; мляко / 175; мед / 176
- Жито качества / 177; житна диета / 184; хляб / 187
- Избор и подготовка на храните прясна и престоляла храна
/ 195; хигиена / 200; естествена храна / 211; готварство
и суровоядство / 223
- Приемане на храната хармония / 231; време / 251; дъв-
чене / 258; благодарност / 268; смесване / 273; апетит и
глад / 275; количество / 286; насищане / 297; трансфор-
миране / 311; мазнини / 321
- Пост защо постим / 329; как да постим / 338; хранителни
диети / 344

ВОДА

- Качества / 347
- Хигиена / 349
- Пиене на вода / 351
- Бани и компреси / 361

РЕЦЕПТИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ

Болести на нервната система и на главата / 368

Болести на белите дробове / 384

Болести на кръвоносната система / 390

Болести на храносмилателната
система / 399

Някои заразни болести / 411

Други болести / 413

ОКУЛТНИ МЕТОДИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ / 418

ДИХАТЕЛНИ УПРАЖНЕНИЯ / 422

ШЕСТТЕ ОСНОВНИ ГИМНАСТИЧЕСКИ УПРАЖ- НЕНИЯ / 429

ЗАКОНЪТ НА ХРАНЕНОТО

ХРАНОСМИЛАТЕЛНА СИСТЕМА

Всеки орган си има свое предназначение. Най-малкото всеки орган е отражение на онези сили, които действат в известна област, в която и самият орган действа. Сегашната наука е на прав път. Те изучават каква служба извършват нервните, кръвоносните съдове, вените и артериите, какво участие взема сърцето в кръвообращението и т.н. Но те не могат да направят аналогия каква служба извършва сърцето, кръвоносните съдове, мозъкът и други органи в духовния свят.

Чрез мозъка, дробовете, сърцето, стомаха, човек се свързва с ангелите, херувимите, серафимите.

Ако например белите дробове не са в ред, свържете се с херувимите – като дишате, мислете за тези духове и за тяхната мъдрост.

Чрез сърцето си човек е свързан с друга йерархия – престоли – биенето на сърцето показва, че сте свързани с престолите.

Чрез стомаха човек е свързан със съществата на благородството, ето защо човек като се нахрани, става по-разположен.

Чрез черния дроб човек е свързан с властите или Божествените сили. Има ли дисхармония в чувствата, пожълтяване на лицето и очите, има дисхармония между властите и човека. Жълтеницата се лекува чрез възстановяване на хармонията с властите.

Чрез жлъчката човек е свързан със съществата на доброто. Изгубването на доброто и пукването на жлъчката са синоними. За да се намали жлъчността, трябва да се увеличи добротата.

Чрез далака човек е свързан с друга йерархия – началства или Божествена правда. Увеличаването и разстройството на далака показва, че правдата е нарушена.

Бъбреците са свързани с архангелите – същества на Божи-

ята Слава, те ръководят народите. Който не слави Господа и не се въодушевява от природата, от великото в природата, не може да е във връзка с архангелите и бъбреците се разстройват.

Който има здрава и нормална храносмилателна система, той е весел, жизнерадостен, работлив. Срещнете ли човек с изсъхнало лице, жълт, неразположен за работа, ще знаете, че храносмилателната му система не е в изправност. Той не може да работи, гледа на всичко мрачно, песимистично, няма вяра в живота. За да не изпадате в такова положение, дръжте храносмилателната си система в изправност – от нея зависи благосъстоянието на човека на физическия свят – първото стъпало на живота.

Ако разглеждате стомаха и стомашната система в широк смисъл, те представляват сложна машина, която е свързана с целокупния живот.

Слънчевият възел или стомашното сплитане, или стомашният мозък се занимава с всичките функции на човешкото тяло. Нисшите прояви на човека, разбирането му за добро и зло, за радост и веселие, всичко това се дължи на стомашния мозък. С него е свързан черният дроб, който е един от големите слуги, един от асистентите на тоя мозък. Някой път, когато този асистент е болен, цялата стомашна система е в неправилно положение. Храносмилателната система действа неправилно, вследствие на което се събират неорганически вещества. Също така стават отлагания и в кръвта.

Каква е задачата на храненето? Трябва, първо – да държи организма в изправност, второ – да поддържа неговата активност или работоспособност, и трето – да го защитава от външните условия.

Физическият свят е стомахът на човека, който е съставен

от три области: ад – дебелиите черва, чистилице – тънките черва и рай – самият стомах.

Адът се намира в червата на човека. Ето защо, когато се наложи някой лекар да лекува някого, най-първо му почиства червата.

Стомахът доставя необходимите материали за съграждане на човешкото тяло, т.е. на физическия човек. Той взема участие в строежа на тялото.

В стомаха се складира градивният материал, който впоследствие се разпределя по целия организъм.

Стомахът е център на физическата сила на човека. Силният има отличен стомах – това зависи от правилно действаща симпатична нервна система.

Ако в материалните работи постъпвате правилно, вашата храносмилателна система ще работи правилно.

Отговорен си пред стомаха си за храната, която приемаш през устата си.

Как ще ядете, ако стомахът ви е разстроен? Всичко имате за ядене, но стомахът ви нищо не приема. Всеки човек, на когото стомахът е развален, трябва да знае, че Правдата не е в сърцето му, Истината не е в ума му. За да оправи стомаха си, човек трябва да внесе Правдата в сърцето си и Истината в ума си. Това трябва непременно да стане, за да може стомахът да смила храната и обработва соковете, необходими за поддържане на организма. Истината, в най-простата си форма, е необходима за възстановяване на равновесието в организма, тя държи храносмилателната система в изправност.

Правдата държи сърцето в изправност и белите дробове. Отсъства ли Правдата, сърцето и белите дробове ще страдат.

Причината за всички язвички в стомаха се крие в лъжата. Лъжата изменя химическия състав на кръвта и на тъканите в организма.

Ако стомашната система на някой човек е силно развита, той не може да издържа пред големи изкушения и се проявява като неморален – много яде, много пие. Той не е в сила да превърне своите физически енергии в духовни.

Добрите постъпки поддържат здравословното състояние на стомашната система, вследствие на което човек яде и спи добре.

Постъпвайте право, за да бъде стомахът ви редовен.

Който има здрав стомах, той е добър човек.

Стомахът определя желанията на човека.

Любовта на човека към хората регулира неговия стомах. Щом имаш здрав стомах, любовта ти към хората е правилна. Боли ли те стомахът, любовта към хората ти е неправилна.

Когато човек люби, стомахът му се разширява, когато мрази, стомахът му се свива.

Човек, който има болен стомах, не може да люби. Който има болни гърди или болен мозък, също не може да люби.

Животните поддържат стомашната система. Всеки, който иска да има здрава и добре урегулирана стомашна система, трябва да бъде разумен, да създаде правилни отношения с животните.

Колкото повече скулите на лицето се издават, а бузите хлътват навътре, толкова по-слаба е стомашната система

на човека. Когато стомашната система е слаба, човек се поддава на песимистични състояния. Това се дължи на факта, че храносмилането не става правилно. За да не изпаднете в песимизъм, чрез силата на волята си вие трябва да работите за подобряване на стомашната си система.

Ако вашият стомах страда, ако ред поколения са страдали от стомашна система, образуват се вдлъбнати линии на лицето. Щом стомахът започне да страда, образуват се вдлъбнатини на лицето. Щом стомахът е здрав, тези линии се изправят, хората стават малко по-пълни.

Ако долната част на носа е широка, това показва, че стомахът е добре развит. От това зависи дължината на човешкия живот.

Разстоянието на ръката от рамото до лакътя представлява материалният свят или стомахът, от лакътя до китката това е духовният свят – сърцето, а китката – умственият свят, умът.

Горната част на ръката отговаря на стомаха, на благоутробието. Ако тази част на ръката е дебела, стомахът е добре развит.

Онези хора, на които стомахът е развит, пръстите в основата са хубаво развити. Когато благоутробието преодолява, и пръстите в основата преодоляват. Когато стомахът е слаб, тогава и пръстите са слаби.

Всички хора, у които благоутробието е развито, долната част на пръстите са дебели, няма междини. Такива хора обичат да си угаждат. А всички онези, на които стомашната система е слабо развита, първата фаланга на показалеца, тук, долу, е малко суха.

Като започнат да хлътват очите, започва стомахът да се разваля. Този, на когото очите са изпъкнали, стомахът е здрав. Стомахът има връзка със зрението. Стомахът има връзка с дробовете, стомахът има връзка с мозъка. По очите може да се познае дали човек е умен, по очите може да се познае дали човек е здрав в дробовете си, по очите може да се познае всъщност дали стомашната система е нормална.

На някому очите са стъклени, остри, не са влажни, казват: „Той има стъклени очи“. Нервната система му е разстроена. Че му са мътни очите, стомашната система е разстроена. Вие нямате опит. Когато ви боли коремът, ще видите, че очите стават мътни.

Когато очите на човека изглеждат по-светли, това показва състоянието на неговия ум, когато пък изглеждат по-тъмни, това показва състоянието на неговия стомах.

Често очите ни се развалят от храната, която приемаме. Ако храната е нездравословна, тя покварява кръвта, а покварената кръв поврежда очите и става нужда да се правят операции. Защо? Животът ни не е съобразен с Божествените закони. Както във физическото око се явяват наслоявания, по същия закон и в духовното око се явяват подобни наслоявания, които създават нещастия както за индивида, така и за семейството, обществото, народа и цялото човечество.

Ако човек като вегетарианец има мътни очи, причината за това е излишното количество захар в организма му. Нервните хора се тревожат да нищо и никакво, за въздуха, който дишат. Понякога за една обидна дума, казана от някого, вие се смущавате и цели 20 години не можете да я забравите. Ако някой ви каже, че вие сте голям простак, вие се раздразните и цели дни, месеци и години не можете да забравите тази дума.

Американците са много активни, те прилагат всичко,

но има много системи, които нямат никакво приложение. В хигиенично отношение те са много непоследователни. Ако отидете зимно време на някоя вечеринка или забава в Америка, ще се намерите в чудо. Там ще ви предложат една чиния ледено от 150 грама, а след него ще ви поднесат една чаша горещо кафе от 250 грама. И като погледнете тия американци, всичките им зъби са позлатени, нямат здрав зъб в устата си. При тези резки промени от студено на топло, пропуква се глечта. Много от тях страдат от диспепсия. Знаете ли каква болест е диспепсията? То е едно много тежко състояние. Който страда от диспепсия, изпада в много лошо състояние, в ипохондрия, не му се живее, не може да спи, лоши сънища го безпокоят, всичко се обръща с главата надолу. Това състояние аз наричам разстройство на симпатичната нервна система. То не е от зла воля.

Някои американски психолози обясняват тези лоши състояния до известна степен с безразборното изстребление на индианците, когато са дошли в Америка. И тези духове на убитите си отмъщават. Това не са научни факти, това са само твърдения, това са само възгледи. В едно отношение американците са много чисти, те пазят голяма хигиена в своя живот, но от друга страна са много големи месоядци.

В помощ на стомаха идат много органи: зъбите, езикът, устата, хранопровода, червата.

Белият цвят на зъбите говори за добродетели. Който има бели, хубави зъби, е добродетелен.

Онези, които вярват, че въдеше пак ще дойдете, да се молите Господ да ви даде здрави зъби. Ако не може сега, за въдеше да дойдат. Ако идете в оня свят, там да имате здрави зъби. Ако там сте без здрави зъби, ще ви изпъдят. В оня свят не се приемат хора без зъби.

Понякоя път човек обича да хапе – то е друг въпрос, то е придобито от животинското царство, от ония животни, които не са разбирали предназначението им. Човек, който хапе,

не знае как да свири. Аз съм гледал мнозина, които шият, не търсят ножици, със зъби ще откъснат конеца, със зъби ще чупят орехи. Този зъб ще счупят, онзи ще развалят. Не чупете лешници със зъби! После, за да бъдат здрави зъбите, чорба гореща да не ядете. Ще се молите, като дойдете на земята, чорба да не ядете. Развалят се зъбите. Ти пиеш гореща вода, пиеш студена вода, напука се глечта, развалят се зъбите.

Щом знаеш добре да ядеш и зъбите ти са здрави, ти си цар. Щом зъбите ти паднат, уволнили са те, ставаш пенсионер.

Никога след топло не яжте или не пийте студено и обратнo, защото така най-много се развалят зъбите. Щом се развалят зъбите, разваля се и стомахът, а оттам и мозъчната система. Рушението на зъбите е свързано с малкия мозък. Когато малкият мозък не функционира правилно, когато черният дроб не функционира правилно, зъбите почват да се рушат и с това работата се влошава. От неразбиране, от невежество всичко може да се влоши. Със своите тревоги, със своето неверие, с насилието, което правим, ние само усложняваме живота си.

Днес малко хора се радват на здрави зъби. Причината за ранното разваляне и падане на зъбите се дължи на живота на минали поколения. Те са живели така, че са разслабили венците си.

Когато правилно се съединява електричеството с магнетизма, дава правилни форми, тонът е правилен. Щом не се съединяват всичките в едно, тогава има дисонанс, тонът не е верен. Ако има 32 трептения, 16 са положителни, 16 са отрицателни.

Сега някой може да каже: „Що ни интересува нас музиката?“ Че вие ядете, това е музика. Вие имате 32 зъба, всеки зъб има особен тон. Една арфа са зъбите. Понякой път хората изгубват си зъбите, ражда се един дисонанс. Неправилният живот разрушава костите и зъбите на хората.

Зъбите не трябва да се мият всякога с четка, достатъчно е да се мият с топла вода и сапун или с малко спирт. Много болести се дължат на микробите, които се развиват в зъбите.

Като дъвчите сакъз, чистите несъзнателно зъбите си, а едновременно с това приижда кръв във венците и така зъбите се хранят и засилват.

Развалят ли се зъбите, разваля се и сърцето.

Ще ядете ту на лявата, ту на дясната страна, ще ядете бавно, ще дъвчете добре, да имате добър резултат. Ако дъвчете само на лявата страна, ще станете много чувствителен, ако дъвчете само на дясната страна, ще развиете само мисълта си. За да има хармония между мислите и чувствата ви и да придобиете вътрешен мир, дъвчете на лявата и на дясната страна.

Който не може да мисли, неговите зъби не са здрави.

За някого казват: „Устните са му красиви като роза“. Какво са устните? Те са изразители на човешкото сърце – дали е човек с меко или кораво сърце, показват доколко човек е общителен и откровен. В тези, които имат хубав апетит, ще забележите, че устните са въздебелички. То е физиологически закон. Повечко кръв приижда, затова са и дебелички, и червени.

Устните показват храносмилателната система. Ако долната устна е по-дебела, възприятията ако са по-силни, това показва, че човек е повече пасивен, човек на възприятията. Ако горната устна е по-дебела, той е по-активен. Ако възприятията са по-силни, той ще вземе повече храна.

Станеш сутрин, виж лицето си, огледай се, щом забележиш някой дефект в себе си, веднага го коригирай. Ако устата ти се е изкривила или ако устата е почерняла, че

няма тази красота, то е мярка, ще гледаш какъв е цветът на устата. Изваждаш езика си, ако е побелял, тази работа не е добра. Езикът ти трябва да бъде червен. Изплезе го и виж на огледалото червен ли е, или бял. Езикът ти да не побелява. Щом езикът побелява, ти остаряваш. Щом почервява, ти се подмладяваш. Белият език показва, че храносмилането не е правилно. След туй гледай да подобриш стомаха, за да се подобри езикът ти.

С обонянието е свързан езикът. Той има три функции: от една страна, той изпитва вкуса на храната, той е инспектор, който проверява работите. Втората функция на езика е да преобръща храната. Третата функция на езика е да говори. Мисълта се изразява чрез говора.

Клетките на езика възприемат трептенията на храната и ни дават представа за различните видове храни.

Езикът на човека трябва да бъде толкова чувствителен, че да различава качествата на водата. За тази цел човек трябва да прави опити, да ходи по планините, да пие вода от чисти извори, после да сравнява различните води, да изработи тънък усет за различаването.

Тези мехурчета, дето ви излизат по езика, се дължат на някои лоши думи, които сте изrekli по адрес на ваши приятели.

В развитието на човека едно от първите чувства, което се е явило в него, е чувството на охотливост, на апетит, на желание да се храни. Този център се намира пред ушите. Благодарение на този център в човека се явило желание да опитва, да вкухва нещата, вследствие на което се е създала устата.

Устата е първоначалното проявление на човешкото същество.

Устата е врата на стомаха.

Устата е израз на чувствата. Вкусът, здравето на човека също зависят от устата. Щом имаш уста, ще чувстваш добре, ще говориш добре, ще се храниш добре.

Устата разрешава много въпроси. Достатъчно е да ядеш правилно и да говориш разумно, за да се справиш с много мъчнотии.

Важно е разстоянието от очите до устата. Колкото устата е по-близо до очите, характерът на човека се изменя. Ако устата е по-далеч от очите, характерът на човека взима друго направление. Ако устата е поставена на фокус, всичко, което виждаш, едновременно ще го възприемаш и чрез другите органи – чрез езика, чрез носа, чрез ухото. Така ти съзнаваш, че виждаш и познаваш нещата.

Когато слепоочните области в човека са силно развити, на тях по развитие отговарят устните. Между слепоочните области и устните на човека има известно съотношение. Колкото повече се развиват слепоочните области, толкова и устните стават по-дебели. Това се забелязва особено много у хората, на които носът е близо до устните. Понеже носът е свързан с обонянието, при всяко помиришване на хубаво ядене чрез носа става прилив на кръв в устните, вследствие на което те стават по-дебели.

Устата е център на известна енергия. Устата е разделена на две части с определен радиус. Колко голяма може да бъде човешката уста, това е точно определено. То зависи от обема на стомаха – от възможността да яде повече или по-малко. Дебелината на устните показва разположението на човека към ядене.

Щом устните ви станат много тънки, вие най-първо няма да усещате вкуса на плодовете, на яденето. Онези хора, които имат добър апетит, техните устни са дебели и това зависи от

следното: понеже те усещат храната, приижда повече кръв към устните.

Когато устните са дебели, добре развити, това показва, че в този човек е добре развит апетитът или чувствеността. При тънки устни чувствеността е слабо развита.

Колкото е по-голяма устата на човека, толкова по-близо са желанията му, колкото е по-малка устата, толкова повече се отдалечават желанията му, т.е. обектите му са далеч.

По отвора на вашата уста ще се определи степента на вашия апетит. Колкото повече се отваря устата, толкова по-гладни сте.

На кого от вас устата не мирише, кажете ми! Ще си чистите устата и зъбите постоянно, и по десет пъти на ден пак е малко да ги миете.

Дъхът ти мирише, защото не даваш правилно, или стомахът ти не е в ред.

Устата ще си миете постоянно, за да не давате възможност да се образуват отрови по каналите. Устата и ръцете винаги да са чисти.

Вие така безобразно хвърляте плюнката си, а тя понякога е лековита.

Ако ви боли коляното, започнете да плюете върху него 45100 пъти, ще видите как ще настане промяна. Направете опит, лекарството е без пари. Христос нали с плюнка и кал излекувал слепия!

Имате рана. Сложете малко плюнка на раната си, покрийте я с памук или марличка и тя ще оздравее. Не я чоплете.

Ухапе те комар – плюни отгоре на ухапаното място. Съ-

що ако някой те обиди, с което ухо си чул обидата, на това ухо ще мазнеш малко с плюнка. Ако не можеш да разрешиш някакъв въпрос, плюни на пръстите си и тури пръста си на челото. Не можеш да помниш или да си спомниш нещо, плюни на пръста си и се пипни по средата на челото, там, където е центърът на паметта.

Съставът на слюнката всеки момент се мени и определя промените, които стават в психиката на човека. Това е наука, която ще се изучава в бъдеще.

За да знаеш доколко са трайни или преходни твоите постижения, ще изучаваш устата си. Колко време ще живееш, това се познава от устата, от езика, специално от вкуса. Ако всичко, което вкушаш, приемаш без противоречие и с разположение, ти продължаваш живота си.

Допреди няколко години учените хора не можеха да определят функцията на сляпото черво и затова те поддържаха, че сляпото черво, като остатък на миналото, може да се отреже и да се хвърли. В Америка бяха въвели в мода да отрязват сляпото черво на децата, но забелязаха, че в резултат на това се явяваше запичане, храносмилането не ставаше правилно. С това те отравяха децата. Сегашните физиолози намират, че сляпото черво помага на тънките и на дебелите черва да отделят по-лесно нечистотиите. Обаче отрежат ли сляпото черво на човека, той е осъден вече на нови страдания.

Сляпото черво помага на тънките и дебелите черва да отделят по-лесно нечистотиите, отреже ли се то, идва запичането и ред други страдания. Няма орган в човешкото тяло, който да не е нужен – всички имат велико предназначение. Много от миналите и сегашните страдания на хората се дължат на това, че хората не са направили всичко необходимо, за да използват пълноценно органите, които Бог им е дал.

Човек от пъпа надолу се регулира от центъра на земята,

а от пъпа нагоре се регулира от центъра на слънцето. Ако не сме в хармония със земята, тогава храносмилането ни е слабо. Когато сме в хармония със земята, храносмилането е правилно. Човек трябва да бъде в хармония със земята. Земята вземам като разумен фактор.

В една окръжност имате два диаметъра, които са равни, но в една елипса двата диаметъра не са равни. Единият е по-дълъг, другият е по-къс. Какво означава това? Човек няма кръгла форма, но има елипсовидна форма. Следователно дължината на човека спрямо земята е перпендикулярен. Човек е перпендикулярен спрямо центъра на слънцето и центъра на земята. Туй показва неговата интелигентност. Дължината на тази елипса показва неговата разумност, а широчината показва неговата чувствителност.

Животните имат обратния процес – техните чувства са по-широки, отколкото тяхната интелигентност. Животните се отличават по това от хората, че имат повече чувства, отколкото им трябва. В човека има повече ум, отколкото му трябва и по-малко чувства, отколкото му трябва. И тогава между животните и човека трябва да има едно отношение, една обмяна. Човек като не знае как да направи тази търговска обмяна, той почва да коли животните, да ги яде. Той яде животните, за да вземе техните чувства, т.е. туй, което не му достига, да го вземе. Но той е хванал кривия път, неразбира не е това. От друга страна, животните, като им трябва още интелигентност, и те изядат човека, за да придобият това, което им липсва. Животните ядат човека и човекът яде животните. Но нито животните са станали по-умни, нито хората са станали по-чувствителни.

ЧЕРЕН ДРОБ И ЖЛЪЧКА

Какво е черният дроб? Черният дроб е онази материя, която е създала света. Господ е създал света чрез черния дроб. Какво ще кажете на това отгоре? Знаете ли какви киселини, какви сили са действали при създаването на черния дроб?

Той ще ги отдели. След това ще каже на другите: „Аз свърших своята работа“.

Като се каже някому, че първоначално Бог създаде света чрез черния дроб и после създаде човека, ще му се види неразбрано и невъзможно. Понеже черният дроб е бил способен да създава, Господ го е турил пак на същата служба. Господ му казва: „Като тебе няма друг орган, който може да свърши тази служба, да служи при храносмилането и да поддържа живота“. Какви са научните доводи, с които може да се докаже тази голяма служба на черния дроб? Мога да ви докажа това. Като погледнете един човек, на когото черният дроб е разстроен, какво виждате? Този човек е цял пожълтял. Ако се ожени за една жена, на която черният дроб е разстроен, вие ще видите и ще патите. Най-добрите хора в света, са хора със здрав черен дроб.

Човек живее с четири тела: физическо, астрално, умствено и причинно. Всяко тяло извършва специфична служба и е съставено от специфична материя, а всеки орган на физическото тяло е свързан с астралния, т.е. със света на чувствата. Той регулира нисшите чувства на човека, поглъща отровите на организма и ги трансформира. Ако се разстрои, отровите се разнасят по целия организъм и човек умира.

Духовното сърце е под лъжичката и се нарича „слънчев възел“ – то е най-нежната област, която човек трябва да пази. Слънчевият възел се намира под влияние на черния дроб. Всички нечистотии от умствения, от сърдечния свят отиват в черния дроб, а оттам – в центъра на земята, където се пречистват. В този смисъл слънчевият възел служи като канал за пречистване на нечистите мисли и желания. Здравето на човека зависи от състоянието на черния дроб.

Белият и черният дроб са два трансформатора на енергии, белият – на умствената енергия, той отправя енергиите на

мисълта към мозъка, черният – на чувствените енергии, като ги отправя към симпатичната нервна система. Чувствата не могат да се проявяват без черен дроб.

Енергиите от сърцето минават през черния дроб, има отворен път, обаче от черния дроб към сърцето няма. Ето защо не трябва да допускате в сърцето си никакви отрицателни чувства и енергии, които биха се отразили вредно върху черния дроб.

Когато слънчевата, мозъчната и симпатичната система не функционира правилно, се образува черното под очите, или пък когато черният дроб е възбуден повече, отколкото трябва. Черният дроб е едно предприятие в природата, гдето се образуват всички нисши чувства. Ония животински състояния, които животните имат, се дължат на черния дроб. Нашето неразположение се дължи на черния дроб. Той трябва да функционира правилно. Той има две функции, две служби: той спомага за храносмилането и същевременно тия животински чувства се дължат на него. Той е близо, в съседство със стомашния мозък или до слънчевото сплитане.

Черният дроб се разваля кога? Той се разваля от интензивните чувствания, които имате. Запример, когато в човека се зароди крайно честолюбие и страх едновременно, те са две противоположни сили. Крайно обиденият човек иска да си отмъсти, същевременно се явява и страх. Исква да си отмъсти, пък не може да си отмъсти. Страхът го задържа. Този страх тогава се отразява върху неговия черен дроб. Всеки ден в хората се възбуждат личните им чувства, всеки ден се възбужда страхът.

Ако черният дроб в човека се разстрои, през ума му минават отрицателни, неприятни мисли. Разстройството на черния дроб развива жестокост в човека. Черният дроб е свързан с нисшите чувства. Като знае това, човек трябва свещено да пази здравето си, което Бог му е дал.

В духовния свят черният дроб представя онези материали, от които са направени чувствата.

Също така и чувствата се отразяват върху здравословното състояние на черния дроб.

Черният дроб е необходим, но като се увеличи много, настъпват нещастията. И малък като стане, ще бъде лошо. Черният дроб трябва да функционира, за да образува жлъчката.

Ако черният дроб е разстроен, човек е фалирал. При сегашното устройство на организма черният дроб решава всичко.

Черният дроб е един велик фактор в човешкото тяло. Ако черният дроб си замине, човек е фалирал. (...) Ако той се разстрои, човек става неразположен, мрачен, той е песимист, не може да говори внимателно, мрази, сърди се, може да извърши убийство – всичко туй произлиза от черния дроб. И ако в съвременния строй има толкова престъпници, причината е, че черните дробове на хората са развалени. Поправете им черния дроб!

Обидата, която преживявате, се отразява на черния дроб като горчиво чувство, което не можете лесно да превъзмогнете. Доброто или лошото състояние на черния дроб се отразява върху чувствата, също чувствата се отразяват върху здравословното състояние на черния дроб. Ако той не работи добре, човек е нервен, лесно се сърди и гневи. Кажете ли някой, че не му се яде, че никого не може да търпи, че с никого не може да се разбира, че никому не вярва и в Бога не вярва, за всичко е виновен черният дроб. Черният дроб е малък орган, но играе много важна роля. Има грамадно влияние върху психиката на човека.

Понеже черният дроб е свързан със същества от нисшия астрален свят, те започват да влияят на човека и му нашепват песимистична философия или го карат да се самоубива. Тия същества са силни, но не са организирани. Като не разбират живота, те са готови да убият всеки, който се изпречи на пътя им. Щом попаднете в едно мъчително състояние на духа, ще знаете, че сте в областта на неорганизираната материя. Светиите са със здрав черен дроб, с организирани нисши чувства. Организираният черен дроб е най-добрият слуга на сърцето.

Когато черният дроб функционира правилно, лицето има приятен розов цвят.

Видите ли, че лицето на човека пожълтява или почервява, търсете причината в черния дроб.

Разстройството на черния дроб причинява различни болести. Неврастенията се дължи също на разстройството на черния дроб. Който не е готов да услужва на хората, няма общение с Бога, той е болен, черният дроб е разстроен. Като се разгневиш, обърни се към Господа с молба да ти даде повече знание и светлина, да оправиш черния си дроб. Не можеш ли да търпиш хората, не ти ли вървят работите, не можеш ли да учиш, черният дроб е виновен. Разстройството му се отразява върху умствените способности и чувствата на човека, както и върху духовните му прояви. Нисшите чувства влияят на черния дроб както термитите, които изяждат всичко.

Който е организиран чувствата и мислите си, той е организиран и черния си дроб. Той е готов да се примири с всички хора. Виждате каква важност има за всички черният дроб, той има отношение даже и към вярата. Да вярваш в Бога, това значи да имаш организиран черен дроб, това значи да имаш организиран ум, сърце и душа. Под „вяра в Бога“

се разбира едно Божествено състояние, при което човек се чувства силен да постигне всичко, каквото пожелае. Вярата е сила, чрез която всичко се постига – тя е необходима за организиране на черния дроб.

Черният дроб заболяе ли, мъчно се лекува; той е свързан с малкия мозък у човека.

Всички лекари признават един факт: много мъчно се лекува черния дроб. Те знаят, че човек като хване жълтеница, мъчно се лекува, затова причина е черният дроб. Развали се стомахът, черният дроб е причина. Разстрои се малко нервната система, черният дроб е причина. Сприхав си, сърдит си, черният дроб е причина. Караш се, черният дроб е причина. Оправиш черния дроб, веднага ставаш светия. Някои светии, учени хора, 20 години са прекарвали в пустинята, за да се справят със своя черен дроб.

Много от болестите се явяват от разстройството на черния дроб. Той като не функционира, иде повреждането на тялото, явяват се болести, които мъчно се лекуват: хипохондрията се явява от разстройството на черния дроб, неврастенията се явява от разстройството на черния дроб, лошото храносмилане се явява от разстройството на черния дроб.

Ще държите черния дроб в изправно положение, тогава няма да бъдете нервни, невъздържани. Има много специалитети за лекуване на черния дроб, но аз ви казвам да мислите и да си слагате по малко лимон в устата, давам ви най-безобидните лекарства.

Когато черният дроб се разболе, ще му говориш така, както на едно разумно същество говориш; всяка вечер ще се разговаряш с него, ще го молиш да се поправи.

Учените не знаят, че ако човек например не обича някой от органите си, този орган ще се разболе. Разстроен е черният дроб. Защо? Защото не го обичаш. Той се сърди и руши. Обикнете черния дроб и той ще се поправи. Най-хубавата панацея за черния дроб е да го обикнете и като съзнавате важността му, той ще се поправи. Обикнете ли и противоречията, вие ще държите черния си дроб в пълна изправност. Щом намирате, че светът не функционира както трябва, вие разстройвате черния си дроб. По този начин си пакостите. В черния дроб всичко е добро, но онова, което е направило пакости на човека е, че той не мисли добре за черния дроб. Мислите ли добре за черния си дроб, вие ще бъдете полезни и за себе си, и за другите.

Церът на заболялия черен дроб е: не мрази никого! Има една спотаена омраза, която разстройва черния дроб.

Та казвам: щом храносмилането не става нормално, очите започват да пожълтяват, значи черният дроб не е на място. Било е време, когато черният дроб е мислил. Всичката злоба и омраза на хората произтича от черния дроб. Когато някой човек те мрази, не може да те намрази от ума си, но смущава се черният дроб. Всяка една сръдня, всяка една омраза в човека, се отнася до неговия черен дроб. И като е зял с омраза, черният дроб не може да изпълни своите функции, храносмилането не става правилно.

Казвате: „С какво трябва да го церим?“ Ще дишаш дълбоко и ще ядеш лимони, няма да се сърдиш. Всички вие имате едно тяло, което показва от какво вие имате нужда.

Когато някой изгуби своята чистота, очите му пожълтяват, черният дроб се разстройва. Тогава ще почнете да го лекувате, да го разтривате.

„Не ми се живее вече!“ Това е една особена философия.

Причината е, че има някаква инертна материя в тебе. Къде се намира? Или в твоя черен дроб, или в твоя стомах, или в твоето кръвообращение, или в твоето сърце, или в твоята дишателната система, или в мозъка. Там се намира. Ще търсиш причината. Тогава, ако е разстроен твоят черен дроб, тебе ти трябва повече лимонена киселина. Тази лимонена киселина ти ще я приемеш от светлината. Трябва да знаеш кой лъч на слънцето да употребиш: червен, портокален, зелен, жълт, ясносин, тъмносин или виолетов и да знаеш как да събереш тази светлина, да я препратиш в черния дроб.

Жълтият цвят, който е в умствения свят, ако го пренесеш във физическия свят, означава известно болезнено състояние. Ако се пренесе в организма, разстройва черния дроб. Жълтият цвят усилва мозъка, но разстройва черния дроб. Следователно много хора страдат от черен дроб, защото не мислят. Когато почне човек да мисли, мисълта е, която може да погълне жълтия цвят от ума и да се тури на работа.

Разтрои ли се черният дроб, ще пиеш топла вода само, ще пиеш лимони. Човек, който иска всичко да нагласи, да уреди живота си, че да живее, пък докато си уреди живота, разстройва черния си дроб.

Между черния дроб и жлъчката съществува тясна връзка. Ако тая връзка се наруши, животът се намира в опасност.

Когато жлъчката се излива навреме и намясто, тя помага при храносмилането. Обаче, когато тя не действа правилно, човек заболява от опасни болести.

Когато човек се гневи, дразни, възбужда, жлъчката не действа добре и в резултат на това се явяват различни разстройства в организма.

За да трансформира чувствата си и да асимилира правил-

но сока на жлъчката, човек трябва да яде такава храна, която му е приятна, главно плодове.

Жлъчката на човека се намира под влиянието на Марс. Според някои астролози движението на жлъчката съвпада с движението на Марс.

ОТНОШЕНИЯ

Яденето е свързано със симпатичната нервна система, с чувствата на човека. Изобщо яденето не спада към физическия свят, но към един по-висш свят от него. Простите движения спадат към физическия свят. Яденето, обаче, спада към една по-висша култура. За да знае как да се храни, човек трябва да е от една по-висша култура.

Там, дето яденето не е правилно, никакъв успех, никаква култура не може да съществува. Яденето е основа на физическото поле. Основната причина за всички нещастия, които сега съществуват и които за в бъдеще ще съществуват, се дължат на яденето. Разбира се, яденето е свързано с ред още процеси. Ако яденето не е правилно, то и процесът на дишането, който е много важен процес, ще бъде неправилен. Ако дишането, като важен процес, е неправилно, то и мисълта неправилно ще се развива. Храненето е свързано и с процеса на Любовта. Вие често говорите за Любовта, но трябва да знаете, че който не може правилно да се храни, той не може и да обича. Всички хора, които не се хранят както трябва, тяхната симпатична нервна система е разстроена, вследствие на което те са нервни, сприхави, гневливи. Следователно неврастенията не е нищо друго, освен резултат на неправилното хранене. Който иска да се излекува от своята нервност, той трябва да се научи да се храни правилно, да употребява съответна храна.

Ние казваме: „Трябва да се живее“. За да може човек да

живее на земята, той трябва да има един отличен стомах, той трябва да има едни отлични гърди, бели дробове и един отлично устроен мозък. Това са три врати, през които Божественото благословение може да дойде. Чрез устата в стомаха ще дойде едно благословение. Чрез дробовете ще дойде друго благословение в гърдите и чрез нервната система, чрез очите отвън ще дойдат Божествените благословения.

Три фактора вземат участие в храненето на човека. Първият фактор е стомахът. Той доставя материалната храна на целия организъм. Вторият фактор е белият дроб, който приема въздуха от устата и чрез него пречиства, т.е. окислява кръвта. Третият фактор е мозъкът, който изпраща енергиите по цялото тяло.

Най-напред, вие трябва да си зададете въпроса, какво е отношението ви към храната, към стомаха, какво е отношението ви към светлината, към вашия мозък. От това зависи щастието ви, от това зависи вашето здраве. Не само вашето, но и на децата ви и на жена ви, на дома ви, на хилядите поколения. И всичко това трябва да се учи. В светлината се крие разумното в света, в чистия въздух се крият благородните чувства, които човек има, а в хубавата храна се крият хубавите постъпки на човека. Който не знае да яде, той не може да работи добре, не може да постъпва добре. Човек, който не знае как да постъпва, той не може да има благородни чувства, и който не знае да се справя със светлината, той не може да мисли.

Здравословното състояние на човека зависи от взаимността, която осъществява между главата, дробовете и стомаха на човека.

Мисълта създава главата на човека, чувствата – сърцето и дробовете, а постъпките му – стомаха и костите му. Тъй щото, ако волята на човека отслабне, ще отслабнат стомахът,

костите и мускулите му. Ако отслабнат чувствата му, ще отслабнат сърцето и дробовете му. Ако отслабне мисълта му, ще отслабне и неговият мозък.

Храносмилането се отразява върху кръвообращението, кръвообращението се отразява върху дихателната система, дихателната система се отразява върху нервната система, а тя – върху мозъка, седалището на мисълта. Ако всички процеси се извършват правилно, и мисълта ще бъде права.

Нормален човек е този, който всякога яде умерено, без да му става тежко. Нормален човек е този, който диша дълбоко и ритмично, без да се задушава. Нормален е този, който не знае какво е това главоболие, от нищо не се смущава и трезво мисли.

Ако имате един невъзпитан ум и невъзпитани чувства, вие ще развалите това, което яденето и дишането дават. Може да имате една прекрасна мисъл и едно прекрасно чувство, но ако не ядете правилно и не дишате правилно, пак ще развалите здравето. Тогава трябва да вкарате в храната дишането, мисленето, чувстването. От тях зависи здравето на човека, правата мисъл и прогреса. Вие, като дишате, само вдигате раменете и дишате бързо, това е един вид опъване, а Природата не обича това опъване. Въздухът ще приемате бавно, ритмично, спокойно. В яденето също трябва да има пластичност и музика. Някои хора така хубаво ядат, че ви е приятно да ги гледате. Като седнете да ядете, представете си, че ще държите изпит по яденето, че ви наблюдават от невидимия свят как ще седнете, как ще почнете, как ще дъвчете.

Яденето има смисъл, когато човек е добър. Ако не е добър, каквато и храна да употребява, той не изпитва голяма приятност. Той се намира в положението на болния. Каквото хапне, все му горчи. За да бъде доволен от яденето си, човек трябва да бъде здрав. Какво удоволствие изпитва при храненето он-

зи, на когото стомахът е разстроен? Каквото тури в стомаха си, ще го върне назад. Стомахът на човека трябва да бъде здрав, за да споделя желанието му да яде. Това значи правилна връзка между главата, гърдите и стомаха на човека.

Ти седиш и мислиш какво да правиш. Най-първо не знаеш защо си дошъл. Чувстваш, че живееш, че имаш някакво отношение, че слънцето изгрява и залязва, че си на земята. Но ти нямаш определена идея защо си дошъл на земята. Вярваш в нещо си, но в съзнанието ти няма нищо ясно. В съзнанието ти седи една проста идея. Чувстваш, че трябва да стане някоя промяна в този живот, в който живееш, чувстваш, че имаш скука. И мислиш, че скуката произлиза от факта, че не си ял днес. И казваш: „Ако ям, тая скука ще изчезне“. И вземаш хляб, сложиш го на трапезата и мислиш, че си разрешил въпроса. Но щом ядеш този хляб, веднага се образува една противоположна реакция. Вместо да станеш деятелен, енергичен, ти си неразположен и казваш: „Я ме оставете малко да си почина на спокойствие!“

Питам: ако за пръв път стане този процес, ти ще се намериш в чудо. Почиваш си половин час, един час или, както вечерно време – 7 часа, и си ободрен, но усещаш, че въпросът не е разрешен. Оная липса, която усещаш, я има още.

Ти, като ядеш, в ума ти е идеята: „Аз съм дете, трябва да порасна“. Щом ядеш, ти си вече дете. Щом дишаш, ти си вече възрастен. Щом почнеш да мислиш, ти си вече разумен. Ти ядеш и не знаеш защо ядеш, ти дишаш и не знаеш защо, ти мислиш и не знаеш защо. Яденето, това е външната страна на живота, дишането, това е вътрешната страна на живота, а пък мисленето, това е целокупността на живота. Та животът има външна и вътрешна страна. Само като знаете тези две страни, ще разберете в какво седи целокупността. Целокупността на живота седи в неговото съвършенство.

Да ядеш с разположение, това значи да си млад. За да ядеш сладко, трябва да бъдеш млад. Трима души в света ядат с

разположение: първият е младият, който се е учил и носи Любовта в себе си; вторият е възрастният, който има сила; третият е старият, който е придобил разумността. Всички останали, вън от тия категории, не ядат добре.

Аз взимам стомаха като емблема на физическия живот, дробовете като емблема на духовния живот, а мозъка – умственият живот на човека.

Банкерът е стомахът, геният – това са дробовете, а пък светията е главата.

Според мене главата на човека не може да боли. Болката на главата е едно отражение на това, което става в стомаха. Щом в стомаха има известен безпорядък – в банкирина, това има като отражение главоболието. Не може да има болки и в дробовете. Не могат да боледуват. И болките на дробовете са отражение на това, което става в стомаха. Всичкото става в стомаха и червата под пъпа. Това е долният свят, това е адът. Вие търсите къде е адът! Тънките и дебели черва са в ада, всичките нисши духове. Ще турите ред и порядък във вашия ад, ще турите ред и порядък във вашия банкирин – не насилие. Ще го учите, че не трябва да яде много, да не е много лаком човек. Той е материалист, той казва: „Гладен мога да умра, ако не работя“. А пък банкиринът нищо не работи, а работят ръцете. Ръцете са на гения, краката – на светията, а банкиринът нищо не работи. Дават му ръцете и краката, и каквото му дадат, карат го да работи с това. Банкиринът казва: „Това жито аз го изработих“. Банкиринът мисли, че всичко, каквото става в човека, той го прави и казва: „Без мене нищо не може да стане“.

Службата на стомашната система във физическия свят е да смила храната, а в духовния – да разгради страстите и нисшите желания на човека чрез смилане. Да ги надгробни на ситно и да ги изпрати нагоре към огнището. Във физическия

свят сърцето и дробовете пречистват кръвта, а в духовния те са мехът и огнището, през които трябва да минат желанията на човека, да се отдели чистото от нечистото. Мозъчната система отправя заповедите си към различните органи за службата, която те трябва да изпълняват. В духовния свят мозъкът определя службата и мястото на всички мисли в човека. Не смесвайте чистите мисли с нечистите. Мисълта е свързана с желанията, желанията – с действията, а действията – с последствията.

Ако се храни добре, човек е здрав, разполага с повече средства за работа. Който се храни добре, и мисълта му е здрава и силна. Слабият, болният човек не се храни добре, следователно и не мисли добре. Умът трябва да се храни и в трите свята едновременно: в Божествения, в духовния и във физическия. Храненето не е механически процес, както мнозина мислят. Да се храниш правилно, значи едновременно да мислиш, да чувстваш и да възприемаш материалите, необходими за съграждане на нещо ново. Физическият човек е слугата, духовният – съдружникът, който е внесъл капиталите си, а умственият е онзи, който управлява работите.

Най-първо мисли за главата, мисли за сърцето и най-после мисли за стомаха. Ако най-първо мислиш за стомаха, после за сърцето и главата, ти си на крив път.

Ако стомашната ви система не се развива правилно, както трябва, непременно ще започне да расте коремът ви, ще се натрупат вредни вещества в кръвта ви, ще станат анормалности. Ако във вас вземе надмощие вашата дихателна система, във вас може да се роди един темперамент много избухлив. (...) Ако е силно развита нервната система, хората стават неврастеници.

Когато природата е създала човека, тя е определила всичките удове какви да бъдат – математически и геометрически

е построила човека. Всеки един трябва да отговаря на определена величина и размери.

Много дългият врат в някои отношения е хубав, в някои – не е. Много късият врат в някои отношения е добре, в някои – не е. Късите вратове винаги са свързани със стомашната система, дългите вратове винаги са свързани с дихателната система, с умствената деятелност. Ако задебелява вратът ти, стомахът ти вече взема страната. Стомахът не е неутрален. Щом човек вземе страната на стомаха, ще се яви раздор в човека. Човек не трябва да взема страната ни на стомаха, ни на дробовете. Но трябва да държи онова равновесие, което съществува, да поддържа хармонията, която съществува между дробовете и стомаха. Дробовете трябва да се подчиняват на мозъка, но стомахът трябва да се подчинява на дробовете. Всеки друг орган на тялото трябва да се подчинява на стомаха. Краката, ръцете трябва да се подчиняват на стомаха. Той е главният, който ги поддържа, ако спре да изпраща храна на тях, веднага краката губят силата си, тогава ръцете ще отслабнат, краката ще отслабнат.

Центърът на земята съответства на нашия стомах – там се намира нашата симпатична нервна система, нашият стомашен мозък. И докато всичката ваша енергия е съсредоточена към вашия стомах, вие имате положителна енергия в низходяща степен и следователно вие ще се ограничавате. Щом всичко е съсредоточено към вашия стомах, вие няма да имате никаква наука.

Колкото енергия слиза към стомаха, толкова енергия трябва да възлиза и към мозъка.

Има три фактора, които са създали човека: първият фактор е мисълта на духа, вторият фактор са чувствата на душата и третият фактор са действията на човешкия ум. Казваме: когато ти служиш на стомаха, не мисли, че твоят ум, той малко взема участие. Щом се наядеш, няма да можеш да мислиш – тя е елементарна работа. Трябва да възприемеш известна

храна и тази храна трябва да принесе чрез соковете белият дроб да се пречисти. От дробовите да мине в човешката мисъл, да се образуват форми и после тия форми трябва да се реализират. Здравословното състояние на човека зависи от неговата глава.

Ако стомахът има надмощие над другите органи, човек проявява човешката любов.

Щом човек търси само вкуса на нещата, това е от умствен характер; щом си задоволен от храната, приятността, която усещаш от яденето, то се отнася към една област на чувствата. Едновременно в устата стават три процеса: единият процес се отнася към ума на човека, другият – към неговите чувства, а третият – към неговата енергия, към света на енергията. Можете ли да изчислите каква част от мозъчната енергия се харчи в яденето? Колкото вкусът е по-развит, по-силен, повече мозъчна енергия се харчи, колкото удоволствието взема повече участие, толкова чувствата повече участват, а колкото повече дъвченето взема участие, то е физическата страна.

В природата всяка работа е важна. Стомахът, който се занимава с долни работи, пръв опитва благата на живота. Доста време трябва да мине докато мозъкът опита нещо от тия блага.

Мнозина питат: „Защо много недостойни хора първи опитват благата на живота и при това в такова голямо изобилие?“ Те са в стомаха на природата. „Защо не дадат и на нас от тия блага?“ Не се стремете да слезете до тях. Не се съблазнявайте, че някои хора благуват. Те работят в стомаха. Като обработят храната, пращат я в дробовите, а оттам в главата. Вашата храна е по-фина, ще чакате да ви я приготвят.

В този триъгълник се показват възможностите в три разумни същества, които живеят в зависимост едно от друго. 1-то

представя разумно същество, и 2-те представя разумно същество, и 3-те представя разумно същество. Тогава ние казваме: 1-то на какво може да се уподоби? 1-то може да уподобим на киселина, 1-то е, от което излиза енергията. 2-те е, което възприема. То е основа. 3, това е резултат, то е солта или то е законът на равновесието. Думите „равновесие“ и „сол“ са синоними. Солта пази равновесие – нещата не гният. Когато дойде до числата, трябва да разбираме закона, по който те се проявяват.

Някои хора са нервни по силата на числото 3, понеже е слабо у тях. Сприхавият човек губи равновесието си. Да кажем, един метал се окислява. Златото най-малко се окислява, а желязото се окислява повече. Казвам: в старо време и до днес съществува една наука, в която металите вътре се облагородяват, да добият едно вътрешно равновесие. Тогава човек трябва да изучава себе си. Ние имаме човешкото естество. Имаме стомахът 1, дробовете 2, имаме главата 3. Значи здравето на човека зависи от действието на стомаха, от действието на дробовете и от действието на главата. В следния момент енергиите се изменят: 3-те вече става активно, става на 4, 3-те, събрано с 1, става киселина; 2-те, събрано с 3, дава основа. Всички, събрани заедно, стават сол. Тогава стомахът, ако влезе в съприкосновение с мозъка, той се превръща на едно активно число, придобива активна енергия. И храносмилането, ако мозъкът не дойде да даде подтик, не може да стане правилно. Стомахът, за да стане активен, трябва да образува една връзка с числото 3. И тогава в основата ще дойде до симпатичната нервна система. В съвременната психология играят роля динамичните числа. Но човек трябва да разбира тази идея. Ако той не разбира закона, той ще се намери в това положение, в което се намира сега.

Стомахът и умът, т.е. мозъкът, се обичат много. Изобщо умът винаги се допитва до стомаха. Ако стомахът бе останал на сърцето, то да го храни, той би се намерил в най-голямо нещастие. Но благодарение на това, че умът избира добра

храна, та изпраща от нея и на стомаха. Оттам е добре и за сърцето.

Стомахът трябва да изучава законите на ума, да бъде в съгласие с ума. Дипломатически отношения трябва да има. Да бъде много учтив и нежен към главата, ако не, ще се намери в трудно положение. Следователно организирането започва със стомаха. Това е физическият свят. Когато говорим за всички материални светове във вселената, разбираме ние човешкия стомах. Казвате: „Какво е състоянието на материалния свят?“ Такова, каквото е на твоя стомах. „Какво е състоянието на духовния свят?“ Такова каквото е състоянието на твоите дробове.

Причината за главоболието се крие в тънките и дебелите черва. Щом те не са в изправност, човек страда от главоболие. За да се справи с главоболието, първо той трябва да тури краката си в гореща вода, после да изчисти червата си. Щом облекчи червата и стомаха си, главоболието престава.

Главата ви боли, защото стомахът е в безпорядък, и стомахът боледува, защото главата е в безпорядък.

Виенето на свят крие причините си в стомаха.

Болката в главата е едно отражение на това, което става в стомаха. Всичко става в стомаха под пъпа – това е долният свят, това е адът. В тънките черва ще турите ред и порядък.

Вземете съвременните хора – страдат някой път, че паметта им е отслабнала. Забравяте... То е набиране на тъй наречената „млечна киселина“. Много пъти, като се събере в мозъка млечна киселина, мозъкът става ленив, не може да работи, не остава достатъчно електричество. После млечната киселина слиза в слънчевия възел, долу. Тогава се нарушава магнетичното поле на човека, започваш да ставаш неразполо-

жен, да се чувстваш недобре. Никакви лекарства не помагат. При нервните заболявания две неща помагат: чистата храна, сдъвканата храна. Когато ядеш, да не мислиш за нищо друго. Да благодариш, че можеш да ядеш.

За да възстановите паметта си, вие трябва да освободите мозъка от натрупаната в него млечна киселина. Как ще се освободите? С пречистване на мозъка, на кръвта в целия организъм. То се постига с промяна на храната, с чисти мисли, чисти чувства и постъпки.

Болките на главата винаги съществуват, когато сърцето не е разположено. Когато умът е неразположен, винаги коремът страда. Главата е неразположена, но коремът страда. Сърцето е неразположено, главата страда.

Какво ще направите за болката в главата, как ще направите това упражнение? Причината за болката в главата е някъде в стомаха. Там капилярните съдове не действат правилно, вследствие на което и симпатичната нервна система, която е на стомаха, не функционира правилно. А пък симпатичната нервна система доставя повече сила, повече влага за храносмилането. Най-големите функции в тялото се изпълняват от симпатичната нервна система.

Коремоболието показва, че енергията в стомаха трябва да се превърне от положителна в отрицателна. Главоболието показва, че енергията в главата, която е положителна, трябва да се превърне в отрицателна по отношение на другите енергии. Умът ви трябва да се занимава с възвишени работи.

Три процеса има и човек трябва да бъде господар на тях. Процесът на яденето е физически процес, процесът на чувстването и процесът на говоренето. Ако в тебе процесът на яденето не е правилен, и говоренето ти ще бъде неправилно. Ако процесът на яденето е правилен, и говорът ще бъде пра-

вилен. Защото между стомаха и мозъка има едно съответствие, мязат си. Както стомахът е взискателен, така и мозъкът е взискателен. Те са противоположни полюси в живота. Понеже стомахът е свързан със стомашния мозък, който се занимава с всички функции на тялото, те в него влизат.

Когато стомашният мозък и стомахът не работят както трябва, човек страда от главоболие. Когато мозъкът не функционира правилно, ще ви боли коремът. Да се оправи главоболието, ще поправите най-напред развалените отношения на предната част на мозъка със задната част. Предната част не работи ли нормално, страдате от главоболие. А за да се разстрои стомахът, зависи от задната част на мозъка. Ако тази част на мозъка се стопли повече, отколкото предната, ако с една десета се повиши температурата на тази част, ще дойде някоя болест. Ако човек заболее от мъка по любим човек и понеже центърът на любовта е отзад, от любов се повдига температурата. Защо се заболява? Човек мисли за своята любима или любим, иска да го има постоянно до себе си. Природата никога не позволява да се обсеби това, което ти е дала. Тя дава нещо, за да го употребиш, но не и да го обсебиш – тя всякога в случая противодейства. Ако ти искаш да завладееш това, което тя е създала, ще си създадеш болезнено състояние. Имаш право да обичаш, но нямаш право да обсебваш. Имаш право да ядеш, но нямаш право да преяждаш. Имаш право да плачеш, но не и да ревеш с глас, да се тръскаш, да пициш.

Когато си нещо разтревожен, дигни ръцете си нагоре, а после ги свали надолу. Тогава кажи на стомаха си: „Слушай, приятелю, нека мозъкът бъде горе, а ти – долу; препращай материал за него, за да работи“. Изобщо където има главоболие, там страда стомахът, и обратно. Това показва, че всякога законът е верен – между стомаха и главата има тясна връзка.

Когато порите са отворени, стомахът действа добре, правилно. Порите представят канали, чрез които енергиите на природата се вливат в организма. Здрава и нормална храносмилателна система осигурява нормална мозъчна, а оттам и изправна дихателна система.

Ако между твоята симпатична нервна система и между твоя мозък няма съответствие, ако стомашната система произвежда повече топлина отколкото трябва, ти ще изпаднеш в противоречие. Ако мозъчната система произвежда по-голямо изстудяване, ако мозъчната система се развие чрезмерно, то хората стават сухи. Кожата става суха, няма влага. Трябва веднага да измените състоянието. Какво трябва да правите? Да пиете повече вода – литър, литър и половина, до два. Най-много два литра и половина вода да пиете на ден. Водата е един добър проводник на електричеството и магнетизма. Казвате: „Аз не мога без вода“. Водата е необходима не само за чистене на организма, но е необходима за функционирането на симпатичната нервна система.

Когато човек изгуби водата, изсъхва. Когато дойде много вода, затлъстява. Ти като човек не можеш да мислиш, ако нямаш една отлична нервна система, през която да се предават умствените трептения. Ако в тебе симпатичната нервна система не е хубаво развита, за да имаш достатъчно количество вода, нещата ще бъдат безплодни – сърцето не може да функционира. За да може умът в тебе да функционира, трябва мозъчната система да е развита. За да функционира сърцето добре, да имаш благородни чувства, трябва да е развита твоята симпатична нервна система. За да не бъдеш сприхав, да не се сърдиш, черният ти дроб и жлъчката трябва да бъдат в изправно положение. Някои хора са сприхави, избухливи като барут, черният дроб е разстроен. На някой храносмилането не е правилно – симпатичната нервна система не е добре.

Външната страна на духовния живот, то е топлината, която се заражда, светлината, тъй наречените мисли и чувства на човека. То е връзката. Чувствата са свързани с неговия стомах, мислите са свързани с неговото кръвообращение.

Някога вие усещате тежест в стомаха, но не знаете причината за това. Ако сте запознати с функциите на симпатичната нервна система, ще разберете, че тази тежест, това неразположение в стомашната област е във връзка с чувствата ви, със симпатичната нервна система. Вие сте яли някаква храна, вибрациите на която не отговарят на тия на вашата симпатична нервна система, вследствие се явява известна дисхармония. Като премине това болезнено състояние по някакъв начин, вие започвате да усещате умствено неразположение. Значи болката се е прехвърлила в главата, в слепите очи, където изпитвате голямо напрежение. Ето защо човек трябва да бъде внимателен в храненето си, да знае каква храна е нужна за неговия организъм.

Чрез възприемането на храната идва и топлината. Топлината е носителка на живота. Продължаването на живота зависи от топлината, от топлото сърце.

За да е правилно храносмилането, пулсът на сърцето трябва да е в хармония с пулса на природата. Неправилният пулс идва от неправилно храносмилане най-често.

При храносмилането не е достатъчно само да се образуват хранителни сокове, но те трябва правилно да се окисляват, за да предадат на кръвта чист червен цвят. Чистата кръв съдържа в себе си всички жизнени елементи, както и кинетична и потенциална енергия, които са причина за образуването на мисълта. При кръвообращението става и обратно течение на кръвта, което може да се върне към духовното тяло на човека. Кръвообращението не е само физически, но и духовен

процес. Под физически процес разбираме само това, което е видимо и може да се подложи на опит. Има неща, които с обикновено око не може да се видят и не могат да се подлагат на опит.

Чрез храната човек възприема външните материали за съграждане не само на тялото си, но и на душата.

Най-първо трябва да освободиш стомаха, ще освободиш стомашната система. Вие претоварите стомаха, не му давате свобода, не го оставяте да си почине. Трябва да освободите стомаха, да му дадете толкоз работа, колкото му е приятна. Тия клетки, които съставят стомаха, са цял един народ като българския. Да им дадете свободата да извършат работата. Работата, която извършват, да им бъде приятна, да не ги направите роби. Щом клетките на стомаха станат роби, вие не сте свободен човек. След туй трябва да освободите дробовете си. Тях някой път правите много лениви. Давате на стомаха повече работа, отколкото трябва, а на дробовете не давате работа колкото трябва. Тях правите лениви. От леността на дробовете се раждат разни състояния. Човек, щом стане ленив, става много взискателен, той иска някой мек стол, хубаво да си полегне, иска креватът да бъде мек, обувката да бъдат удобни, всичката къща да му е много изискана, нищо да не го пречатства, всичките хора да му услужват наоколо.

Чувствителността е в много голяма зависимост от състоянието на стомаха. Не може да имате нормални чувства, ако стомахът не функционира добре. Под „гърбук“ разбирам нещо неразумно, безразборно ядене, лакомия. Ако вие не се храните разумно, няма да имате и разумни чувства.

Когато човек се тревожи много, тревогата произвежда съгресение първо в стомашната му система.

Когато един човек не мисли и не чувства правилно, храносмилането му не става правилно, образува се венозна кръв, която е носителка на всички болести. Второто положение: когато човек не мисли добре и не чувства добре, той не диша добре. Когато човек не мисли добре и не чувства добре, неговата нервна система, мозъчната му система и симпатичната нервна система не функционират правилно и тогава се ражда неврастения. Значи мисълта ти е права само тогава, когато твоята мисъл и твоите чувства са прави и само тогава, когато подобрят храносмилането ти. Твоята мисъл и твоите чувства са прави само тогава, когато подобрят твоята дихателна система. Твоите мисли и твоите чувства са прави само тогава, когато подобрят твоята мозъчна система и симпатичната нервна система. Щом има едно разногласие в тия три области, мислите ти и чувствата ти не са правилни.

Езикът може да се подкупи, да се излъже, но стомахът – никога! Той казва: „Господине, тази работа вън трябва да отиде. Аз не мога да я обработвам. Ако я туриш втори път, пак ще я изхвърля. Ти трябва да знаеш, че такива работи не върша.“ Три неща има в живота, които човек трябва да слуша и в които трябва да вярва: той трябва да се вслушва в стомаха си, каква храна иска. Не да пита вкуса си, но да слуша стомаха си. Второто нещо, което трябва да слуша, това са дробовете. Той трябва да се допитва до тях, какъв въздух искат. И най-после той трябва да се допитва до мозъка си, каква храна трябва да приема.

Ние сме един конгломерат, един общ организъм, съставен от милиони, милиарди душички, които живеят заедно, на едно място. Всички вие сте една цяла държава. Сегашните хора трябва да се научат да се разговарят със своята глава, със своя стомах, докато се запознаят с всички клетки.

Някои казват: „Защо на някои хора дробовете са слаби?“

Защото не дишат. „Защо стомахът на някои хора е слаб?“ Защото не си упражняват устата. Човек, който не знае да говори, винаги стомахът ще му бъде слаб. И човек, който не знае как да гледа, умът му ще бъде слаб. Три неща има: трябва да гледате, за да бъде мозъкът здрав, трябва да дишате, за да бъдат гърдите здрави и трябва да говорите, за да бъде стомахът ви здрав. Те са основни работи.

Развивайте вашия слух, да схващате най-хубавите звукове! Развивайте вашето зрение, да схващате най-хубавите красоти! Развивайте вашето обоняние, да схващате най-хубавото ухание! Развивайте и вашия вкус, че каквото ядете, каквото правите, да благодарите на Бога за безграничната Любов, Която има към вас.

Бог иска да живеем дълго време щастлив живот, а ние с болестите си създадохме робство. За да оздравеете, трябва да имате предвид следното: вярвайте, че в светлината има абсолютна сила да лекува болестите, вярвайте, че във въздуха има абсолютна сила да лекува болестите, вярвайте, че във водата има абсолютна сила да лекува болестите, вярвайте, че в храната има абсолютна сила да лекува болестите, защото Бог присъства в тях.

„Господи, просвети тази глава, която си ми дал, да се науча да работя!“ След туй тури ръцете си на своите дробове 10 минути и се помоли за тях. След туй тури ръцете на благоутробие то си. Думата „благоутробие“ не значи стомах, но онези храносмилателни органи, които ние наричаме стомах. Да се помолиш 10 минути, да знаеш как да ядеш. Да знаеш как се смила храната, да си благодарен от онази храна, понеже основата на живота е турена в стомаха. Ако имаш хубава основа, турена в стомаха, целият ти живот ще бъде добре. Ако имаш градиво в дробовете, целият ти живот ще бъде добре. Трябва да имаш покрив турен, трябва да имаш жилище

добре направено. След туй може духът и душата да влязат вътре, в туй жилище и всичко да бъде спокойно.

ГРЕХОПАДЕНИЕТО

Ако хората биха живели на полюса, не зная каква култура биха имали. Много мъчно е да бъдете вегетарианци там, всички същества на полюса са месоядци. Човек не живее при най-благоприятните условия. Както е писано в Библията, той е създаден на екватора, гдето има изобилно плодове, и може да бъде вегетарианец.

Било е време, когато земята е приличала на рай, растителността е била тъй богата, хиляди и милиони плодове е имало и хората са се хранили само с плодове, но настава една ледена епоха, която се дължала на известни физически причини. Тогава тази плодоспособност на земята се е намалила и вследствие на това хората започнали да ядат месо, да изстребват не само животни, но и сами един друг да се изстребват, да се изяждат.

Било е време, когато синовете са опичали бащите и майките си. Не са ги погребвали. Преди да умре бащата, опече го, изяде го. Майката ще изяде. Йосиф Флавий разправя за обсадата на Йерусалим, майки са пекли своите деца и са ги яли. Какво ли не е ставало!

Ако човек, след като яде месо, е здрав, нека яде. Ако човек, след като яде вегетарианска храна, се разболява, да яде месо. Нека плаща за бъдеще. Ако човек, след като яде вегетарианска храна, е здрав, нека яде. От хиляди години не само животните, но и хората ядяха. Едно време, като се биеха и убиваха, и враговете си изяждаха. Колкото души убият, изядат ги. Ние сме се избавили от едно голямо зло в света

– яденето на човешкото месо. Толкоз диференцирано е, че внася голяма зараза.

Ябълката, за която споменава Библията, е онази неестествена храна, която човек е започнал да употребява. И грехопадението в света започва с месоядството. Падението даже на ангелите се дължи пак на месоядството, а зад месоядството стои личният егоизъм на човека, който пренебрегва интересите на животните. Човек, който е месоядец, може да си позволи да направи всички други престъпления.

Да казвате, че човек е направил известни погрешки, разбирам, но да твърдите, че човек е непоправим, това е криво заключение. Че е грешил човек и продължава да греша, да върши престъпления, за това имаме ред факти, ред данни и доказателства. Но какви данни имате, че човек е непоправим? Да изправя и съзнава погрешките си, това е привилегия, дадена само на човека. Тази привилегия го отличава от всички други животни. В пътя на своето слизание на земята, човек се е отклонил от правата посока на движението си, вследствие на което е направил много грешки и престъпления. Ако не е така, как бихте си обяснили произхода на месоядните животни? Как се създадоха рибите, както и някои птици, които също са месоядни? Всички животни, изобщо, представят фази, през които човек е минавал в процеса на своето развитие. Когато започне да възлиза нагоре, човек ще съзнае погрешките си и ще започне да ги изправя.

Коя е била подбудителната причина, задето някои ангели напуснаха небето, мястото на вечно блаженство и чистота, място на радост и веселие и дойдоха на земята между грешните човешки синове? Кой ги застави да напуснат небето и да изгубят своята чистота? Те са слезли от онова величие и са дошли между хората на земята като зверове да правят пакости. Някога, в далечното минало, месоядните животни са били ангели, които днес са слезли във вид на животни да

причиняват пакости на хората. Първоначално те са били миролюбиви като овцете, но като са слезли на земята във вид на тигри, вълци, лъвови, започнали да нападат тревопасните и да ги ядат.

Месоядството го образуваха падналите духове; то влезе в света, когато се прекъсна връзката с Любовета.

Да не ядем месо, това значи да не се удоволстваме. Да се удоволстваме, това значи да вършим грях, т.е. да ядем храна, за която организъмът не е готов. Ядем ли такава храна, тя вече е отрова. Месната храна е отрова. Тя символизира „дървото за познаване на доброто и злото“.

Господ създаде животните по съвсем други причини, а не за да ги ядат хората, като им определи служба да бъдат в услуга на човека, но не и да се колят от него. Житото, царевичата, ръжта, зърнените храни и плодовете Господ определи за храна. След грехопадението хората станаха месоядци.

С познаване на доброто и злото в човешкия живот влезе идеята за месоядството, а с него заедно – и убийството. Като ядеш месо, не може и да не убиваш.

Природата само две неща има, които хроникира: доброто и злото. Паралелно вървят. Тревопасните животни хроникират доброто, месоядните хроникират злото. И в хората е същото.

Според мене злото е месоядство, а доброто е плодоядство, а не вегетарианство. Месото в астралния свят седи като емблема на злото. И когато искат да ви покажат, че постъпките ви са лоши, ще ви дадат да ядете месо. Когато сънувате, че ви дават месо, значи вие вървите по един неестествен път. Когато говоря за човека, подразбирам духовния човек, защото две същества живеят в тялото заедно. Аз говоря за разумното

същество. Две същества живеят сега, на които животът не схожда и затуй между тях две същества и Божествения човек има борба, защото животът им е несъвместим.

Плътта е месоядна, духът е плодоядец. Всички хора, у които плътта е силна, са месоядци. Всички, у които духът е взел надмощие, са плодоядци. Месоядството се дължи на силната човешка плът, затуй те вървят заедно. (...) В закона на плътта е това.

Културата в света върви по два начина: има една култура на доброто и култура на злото. Има хора, които учат културата на доброто и други, които учат културата на злото. По какво се отличават? Вземете един вълк – с години учи културата на злото, знае как да хваща една овца, да я удави. Една лисица знае как да хване една кокошка, да я удави. Този вълк дълго време се е упражнявал. Кога му е дошло на ума да хване една овца и да я изяде? Кое му е дало повод? Някои казват, че месоядните животни във време на ледената епоха са се научили да ядат месо, понеже растителността е била слаба. Това са предположения. Защо белите кръвни телца, които са в човешкия организъм, като влезе някой бацил, го изядат? Тези бели кръвни телца са като стражари. Те хващат враговете, които влизат в човешката кръв и ги изядат. Казвате, че това е един инстинкт. Инстинктът, това е разумен подтик в природата. Кое е онова, което подтиква вълкът да изяде овцата, или кое е онова, което подтиква овцата да опаса тревата? Има нещо в природата, което ги подтиква. Значи природата има два стремежа. Нали мнозина от вас сте яле печени кокошки, може преди 2530 години, като малки деца сте яли. Седели сте при майка си, която заколва кокошката, вие чакате да ви опече джигера. Кое ви е подбуждало да изядете джигера? Отде ви е дошло на ума, че джигера трябва да се изяде? На един ангел никога няма да му дойде на ум, като колят кокошката, да му дадат джигера.

Ако всичко е създадено, за да го ядеш, тогава защо не заколите един вълк, или един паяк, или мечка и да ги изядете? Защо правите разлика? Мойсей в един кодекс забрани на своя народ да яде свинско месо, защото копитото на свинята е раздвоено. Заек също да не се яде. И той има нещо раздвоено.

Кое докара греха в света? Разклонението, раздроблението, различието във формите, различието в половете, различието в желанията на хората, различието в мислите и чувствата на хората. Всички стълкновения на тия сили докараха греха в света – нищо повече. Тъй щото, когато някои питат, как е влязъл грехът в света, казвам: насадете една градина и ще видите как е влязъл грехът в света. Онези деца, които минават за много почтени, щом минат покрай една градина, насадена с хубави плодове, винаги ще се изкусят. Добре, кое е по-хубаво сега: да има плодни дървета и да стават кражби, или да няма плодни дървета и да не стават никакви кражби? Да има живот, но да има и смърт, или да няма живот и да няма смърт?

Животните отдавна крадат. То е едно животинско състояние. Преди хората да крадат, отдавна вълците са крадели овце и са ги изяждали, отдавна паяците са крали мухи и са ги изяждали. В кражбата вече ти имаш един атавистичен труд на животинското царство.

Всички месоядни животни са крадци. Кражбата се е образувала от месоядните животни, от лисиците, вълците, мечките, змиите, паяците. Всички месоядни са бащи на кражбата. Ти крадеш, те са твоите бащи, от които си научил кражбата. Всички добри работи ний ги научихме от тревопасните. Тревопасните животни са добродетелни. За мене има две неща, които са невъзможни: овцата вълка не може да изяде, и вълкът нивата не може да опасе. Има две неща възможни: вълкът овца може да изяде и овцата нивата може да опасе. Щом

нивата е опасана, овцата е виновна. Щом овцата е изядена, вълкът е виновен. Кой я изял? Вълкът. Кой опасъл нивата? Овцата. Овцата е по-практична, тя прегризва тревата и я оставя пак да расте. Казвам: доведете онези виноватите. Делото на овцата се разглежда в мировото съдилище, делото на вълка е углавно дело.

Турил Мойсей закон да не лъже човек, защото и лъжата не е човешко изобретение. После казва: „Не убивай!“ То е пак животинското състояние – убийството го създадоха месоядните животни. Казвате, че е герой, че убивал – то е животинско състояние.

В яденето имаме един процес на разрушение. Вземаш една ябълка и я разрушаваш. Казвам: каква хармония ще се създаде в свят, дето постоянно се рушат нещата? Рибата, която се е натъкнала на този въпрос, за да не разрушава в яденето, гълта храната цяла. През устата цяла я гълта, но като влезе в стомаха, стомахът я дъвче.

Повечето риби в морето са месоядци. Всички се гълтат едни други. Много малко риби, и то повечето от висшите, са вегетарианци. Рибите една друга се гълтат. По-голямата риба ще глътне по-малката, друга по-голяма ще глътне първата, а трета по-голяма ще глътне и трите. Като хванете една голяма риба и разтворите корема ѝ, ще видите, че тя е нагълтала друга риба, която пък е нагълтала по-малка от себе си. Най-голямата е нагълтала и трите.

Как ще разрешите този въпрос, кажете ми сега? Малката рибка, която е нагълтала още по-малка от себе си, мисли, че е уредила живота си. Дойде друга, нагълта и нея. Втората мисли, че е уредила работите си. Дойде най-голямата, нагълта и двете, и тя мисли, че е уредила работите си. Но най-после дойде човекът със своята мрежа, хване най-голямата риба, извади я вън от водата, разпори корема ѝ, изважда двете по-малки и остава най-голямата. Малките не са за работа,

изхвърля ги навън, а оставя най-голямата, като счита, че тя само влиза в работа.

У тревопасните животни развити са кътниците. У тези, които се хранят с месо, предните зъби и кучешките са много добре развити. Вие имате и от двата вида сега. Ще гледате зъбите – те показват кои хора с какво се хранят.

Откъде е дошло в орела да има един клюн малко извит? Като удря, да може да къса. После и неговите крака са взели форма, съобразна с неговата челюст – такива са и ноктите на краката.

Вземете хищниците, които искат да заграбят – горният клюн се е завил навътре, за да хване жертвата си, да я задържи. Онези птици, които се хранят само със зрънца, в тях клюнът не е завит, например гълъбът. Хищниците са големи песимисти. Тези, които се хранят със зрънца, както гълъбът, в тях няма песимизъм. Та и онези от вас, които сте песимисти, сте хищници. Каквото и да кажеш на такъв човек, той всичко с недоверие приема.

Гълъбът от паметивека, от незапомнени времена, е единствената птица, която не се е съблзнила от месото. През всичките мъчнотии, през които гълъбът е минал, той има доблестта да си остане вегетарианец. Той никога не е казвал: „Условията на живота са тежки и аз трябва да си хапна малко месце“. Напротив, той казва: „Каквито и да са условията на живота, аз ще ги преодолея. Понеже Бог е разумен, и аз съм разумен, ще ям зрънца и нищо повече!“

Как яде овцата и как яде вълкът? Не сте наблюдавали. Някой път, когато имате време, наблюдавайте как се хранят вълците и как овцете. Наблюдвайте как се хранят вегетарианците и как месоядците. И какво ще видите, каква е разликата в храненето? Как хваща вилушката и ножа месоядецът? Както

ги хваща и вегетарианецът. Но има едно различие. Месоядците в яденето са по-сръчни. Има една сръчност в тях. Всички тези, които се хранят с месо, са малко нетърпеливи. Те са малко сприхави. Даже у вегетарианците е останал този навик. И който вегетарианец е сприхав, той скоро е почнал да яде вегетарианска храна. Който е роден вегетарианец, е малко по-спокоен, не бърза.

Месоядните животни са лакоми, гълтат храната си, тревопасните събират, събират и като седнат, повръщат храната назад и започват да я дъвчат, джуруликат я, както когато правите попара или трахана.

В тревопасните животни храната се откъсва, поглъща се и се преживя – те имат двоен стомах.

Защо преживят животните? Преживянето е един метод на природата. За да може едно същество да мине от едно състояние в друго, непременно трябва да преживя. И когато кажем, че трябва да преминем от едно състояние в друго, това е, защото ние сме в едно напрежение, набрана е мисълта и трябва да се асимилира, като отделите потребното от непотребното и тогава ще получите един материал обработен.

Месоядните животни са много прозорливи, хитри, стратегия имат. Техният морал почива върху тяхното удоволствие, така е за вълка, за мечката, за лъва, за всички тия месоядни животни. Като няма удоволствие, не е морално. Вегетарианската храна, от друга страна, ще усили повече нервната система, създава по-крепка нервна система. Образува се един организъм устойчив, по-издръжлив. Всички тревопасни животни са по-издръжливи.

Във всички месоядни животни чувството на самосъхранение е силно развито. У тревопасните животни туй чувство е по-слабо развито. Затова те се гневят по-малко. Запример

един вол, като се разгневи, може да те набоде, но най-първо ще те натисне с рогата на земята. Ако един лъв, един тигър, или един вълк те нападне, ще откъсне каквото хване. Едно тревопасно туй не може да направи.

Защо хората са месоядни или вегетарианци, има ред причини за това. Месоядството и вегетарианството не разрешават обществените въпроси в света. Те са само подготвителни фази за много или малко добродетели. Тревопасните животни по характер са малко по-меки от месоядните. Ако един бик или някое друго тревопасно животно те хване, може да те ритне или да те убоде с рогата си, но никога няма да те разкъса. Обаче хване ли те някое месоядно животно, може да те разкъса на парчета. Такъв е характерът им. Тревопасните животни са меки, а месоядните – свирепи. Тревопасните животни по характер са отрицателни, а месоядните – положителни.

От месоядните животни няма нито едно, което е кротко, всички са като оси. Осите са месоядни. Ако наблюдавате движението на една пчела и движението на една оса, те много се различават. В движението на пчелата има благородство, а в летенето на осата има нещо разбойническо. Като хвърчи, сприхава е. Ако я бутнеш, веднага ще те ухапе.

У вълка главата е по-широка, у овцата е по-продълговата и тясна. Във всички миролюбиви същества, в повечето млекопитаещи, които са меки по характер, тесни са главите им. Какво съответствие има между широката и тясната глава? Когато миролюбивите същества мислят повече, по-активни са, по-подвижни са. Едно месоядно животно обича да бяга. Тревопасните животни бягат, за да спасят живота си, а иначе постоянно е в тях движението. Другите в началото бягат, после бягането им отслабва и спират. Тези, с широките глави, имат скрита енергия и тази скритата енергия в месоядните животни става причина у тях да стават доста спорове за яде-

нето. Спор за яденето у тревопасните не става. У тревопасните спорове стават за любов: два коча се бият за любовни работи, блъскат си главите. Казвам сега: защо се бият, какъв е поводът да се бият за храната? Значи, ако у вас стават спорове за яденето, вие спадате към месоядните животни.

Човек по своето телесно устройство е плодоядно същество. Месото е по-силна, но по-вредна храна. Тя съдържа повече отрови и прави човека груб, жесток.

Хората боледуват, израждат се и умират, защото са месоядци.

Според храната, която употребяват, хората се делят на вегетарианци и месоядци. Има вегетарианци от рождение, но има вегетарианци, които употребяват растителна храна от 1020 години насам. Когато говорим за вегетарианци и ги сравняваме с месоядци, имаме предвид първата категория. Главата на вегетарианците в сравнение с тази на месоядците е по-дълга и по-тясна, докато на месоядците е по-широка и по-къса. Изобщо, главата на месоядците е по-широка около ушите. Това показва, че разрушителните способности са силно развити у тях. Храната оказва влияние както върху физическия, така и върху духовния и умствения живот на човека.

Човек мисли, че като яде месо, ще бъде по-здрав. Това не е така. По-енергични са месоядните животни, но по-силни са тревопасните. Един тигър по-силен ли е от един слон? Каква работа може да свърши един вол и каква – един вълк?

Ще кажете, че месото е по-хубаво, по-силно. Ако е за сила, по-силни от тревопасните животни няма. По-силен от слона има ли? Той може да се бори с всички.

Какво ще придобие човек, като яде месо? Ще стане по-силен. Но като яде растителна храна, ще стане по-чист. Месоядните животни са по-силни, по-жестоки, по-хищни. Ако си

вълк, ще ядеш месо. Ако си овца, ще ядеш трева. Желанията на вълка са желания на Черната ложа, а желанията на овцата са желания на Бялата ложа.

Растителната храна дава търпение.

Който има силна воля, той е кротък и смирен. Ще кажете, че не искате да бъдете кротък като овца. Овцата не е кротка. Тя има мекота, а не кротост. Големи усилия е проявила овцата, докато стане овца. Тя някога е била вълк и после е станала овца. Който иска да придобие мекота, любов, да се храни с овче месо. Щом придобие тези качества, повече не се нуждае от такова месо.

Вегетарианската храна усилва нервната система. Образува се един устойчив организъм, по-издръжлив.

Вегетарианството означава кротост.

Хората на безлюбието са месоядци. Сприхавите хора са всякога болни. Има ли търпелив болен? Всичко му е криво, мрачно и твърди, че условията му не са хубави. Добре е такъв човек да стане вегетарианец, понеже растителната храна дава търпение.

Месната храна е нервна, а плодната храна е проводник на магнетизма.

Човек, като яде вегетарианска храна, става по-смел. Центърът на съвестта е над центъра на страха. Човек като развие съвестта, тя взема излишната енегрия на страха и я превръща в справедливост.

Новият живот, който сега се внася, трябва да има съвсем друга основа. Аз не говоря против сегашния живот. Сегашният живот ще го преживеете такъв, какъвто си е. Като дойдем

до стария живот, който си яде месо, да си яде месо, който си пасе трева, да си пасе трева, който си пие винце, да си пие винце. Който пие вода, да пие вода. Който яде плодове, да яде плодове. Кой каквото се е научил, него да прави, нищо повече. Не учете хората на нови работи. Какво ще учите овцата да яде месо и вълкът да пасе трева? Не разрешавайте тези въпроси. Щом се сърдите, ще знаете, че сръдната се дължи на месоядните животни във вас. Щом сте тихи и спокойни, това състояние се дължи на тревопасните във вас. Това са две различни състояния. Когато разсъждавате, хората във вас имат думата. Когато сте добри, не мислете, че доброто е ваше достояние – доброто е достояние на цялото човечество. Доброто е едно велико благо, което Бог е подарил на цялото човечество. Следователно, като си добър, ти се ползваш от това велико благо.

Всеки един каквото прави, това за бъдеще ще му бъде. Аз да ви представя какво е раят. Вие вече сте създали вашия рай. Мислите да идете в оня свят, да ви посрещнат. Но пред вас ще изскочат най-малко 200 кокошки да си искат живота. Пред вас ще изскочат 300 агнета да си искат част от краката, плешките, дробовете, дето сте ги яли. Ще изскочат патици, после охлюви, миди, ще се наредят след това дървета, които сте секли, листа, цветя, които сте късали, всичко туй ще иска, ще кряска. Какво ще правите? Ще те прати Господ да ги задоволиш. На цветята, на дърветата, на кокошките, на всичко трябва да повърнеш живота. Като изкупиш това, ще те повика Господ и ще те пита: „Как искаш да живееш?“ Ти все ще си научиш урока. И после като идеш при Бога, ще кажеш: „Научих си урока, втори път като ме пратиш на земята, ще живея както Ти живееш“.

Когато ядете месо, трябва да правите договор с тия животни, понеже един ден ще дойде едно заявление, че толкоз месо сте изяли от тях и трябва да плащате. Непременно ще платите! Ще ви кажат, че има счетоводство в природата и

ще ви питат, на кое основание сте яли месо? Трябва научно да го доказвате.

Всички хора ще бъдат съдени. Кой от вас не е изял 100 кокошки? Кой от вас не е изял 100 агнета? Кой от вас не е изял 100 риби? Ще кажете: „И Христос ги пече“. Аз друго-яче разбирам. Не печи риба, която не обичаш. Печи ония риби, които обичаш. Щом изядеш една опечена риба, която не обичаш, тя ще ти причини най-голямото зло, което не предполагаш.

Но какво ще стане с него, ако е изял 100 кокошки? Ще го турят и в 100-те, тъкмо когато ги колят, и ще изпитва състоянието им. Сто пъти ще се повтори, а това е страшна работа. И в края на краищата хората ще станат вегетарианци, защото по вътрешен път ще се отучат.

Като говоря за яденето на хората, не ги съдя, но казвам, че колкото кокошки или пуйки е изял човек в живота си, на толкова кокошки и пуйки ще служи. Колкото агнета е изял в живота си, на толкова агнета ще служи. Такъв е законът в природата. Нарушеното равновесие трябва да се възстанови. Следователно вие сте свободни да ядете каквато храна искате, но ще знаете, че за всичко това ще плащате със слугуване.

Кокошката, която изяждате, нищо няма да изгуби, тя ще спечели, вие ще изгубите. В това отношение в херметическата философия поддържат следния възглед: колкото кокошки си изял, колкото агънца си изял, колкото рибки си изял, един ден, когато тия кокошки, агънца, рибки станат хора, ти може да си в положението на ангел и Господ ще те праща да им помагаш, да им служиш на земята. Той ще ти каже: „Те едно време поддържаха живота ти, сега е твой ред да им служиш“. Те ще се чудят как този ангел им помага и ги обича. Ангелът

казва: „Имам задължение спрямо вас“. Вие ще вървите по закона на задълженията.

Трябва да знаете, че един ден, на всички млекопитаещи, пернати, които сте яли, на всички ще им дадете условия да се върнат на земята. Вие ще станете причина те да се върнат на земята и да прогресират. Не само това, но Господ ще ви прати да им служите. Бог праща ангел на един грешен човек да му служи. Той е свързан. На вашия вол, който ви оре, ще му служите. Ще го милвате, няма да го мушкате с остен. Тия неща са неразбрани сега. Когато дойде Провидението да ви впрегне, тогаз ще станат ясни нещата. Мислете за това време! Та на всички същества, на които имате да давате, ще се върнете да им помагате.

Месоядните животни имат високо мнение за себе си, те считат, че в умствено отношение стоят по-високо от тревопасните. Тревопасните пък в сърдечно отношение са по-културни от месоядните. Следвателно и при животните имаме две култури: култура на ума и култура на сърцето. Тревопасните са представители на културата на сърцето и затова са по-добри – имат чисто, благородно сърце. Месоядните са по-умни, но по сърце не са добри. И сега вие, като разумни хора, ще съедините двата принципа – на лъва и на овцата и ще кажете: „Ние ще бъдем умни като лъва и добри като овцата. Ще разкъсваме злото като лъва, ще спасяваме тревата като овцата и ще даваме място на доброто в нас да расте.“

ХРАНАТА – НАЧИН НА ЖИВОТ

Човек черпи жизнените сили от няколко източника – от храната, от въздуха, водата и светлината. Той черпи енергия още и от мисълта, чувствата и постъпките си. Всеки употребява такава храна, която отговаря на развитието му. Обикновените хора се хранят по обикновен начин – приемат храната и

я дъвчат. Адептите се хранят само с въздух. При това някои от тях приемат въздух само един път в месеца, други – един път в годината, а най-напредналите – един път през целия си живот. Те се отличават от обикновените хора по това, че дълго време обработват храната си. Има адепти, които се хранят само със светлината.

Повечето светии и адепти се хранят с плодове, при което знаят да изтеглят хранителните сокове от тях. Всички същества, които са завършили своето развитие, употребяват храна по-ефирна и от плодовете. Това ги прави безсмъртни. Яденето внася смъртта чрез изверженията, които се отделят от микробите.

Всяка храна трябва да отговаря на развитието на човека. Според степента на умственото и духовното си развитие, някои се хранят с месо, други – с растителна храна, а трети – с плодове. Важно е да знае човек как да се храни. Когато дойде до еволюцията на душата, човек ще се храни с плодове.

От храната, която хората употребяват, зависи дали те ще бъдат умни или глупави. Това зависи не само от вас, но и от вашите родители, от вашите деди и прадеди. Много зависи и от храната, с която са се хранили вашите майка и баща, както и вашите деди и прадеди. Това е цяла наука.

Начинът, по който човек яде, определя какъв е той в умствено и в духовно развитие. Процесът на яденето представлява свещен акт, към който трябва да се пристъпва с нужната сериозност.

Бог никога не помага на хора, които не знаят как да ядат, как да дишат, как да мислят.

Яденето е една сила, която може да ви доближи до Бога.

Най-простото учение, което може още сега да приложите, е учението за правилното хранене. Съветвам ви всички да слезете до учението за храненето, да не мислите, че сте влезли вече в небето.

Ако хората искат да се спасят, да започнат от храната. Новото поколение трябва да се създаде от фина материя.

С каквато храна се храни човек, такива елементи внася в кръвта си. Като знае това, той трябва да пази чистотата на своята кръв, защото от нея зависи здравето, от нея зависи и психическото му състояние.

От начина на храненето и от живота, който човек води, може да се определи колко години неговата кола, т.е. неговото тяло ще му се подчинява. Това зависи и от разумността на човека. Който не живее разумно, той е осъден на преждевременно остаряване; когато човек остарее, краката му отслабват и се отказват да му служат. Такъв човек се намира вече в зависимост от другите хора и често става играчка в техните ръце.

Възпитанието трябва да почне от яденето. Яденето е Божествен процес. Всичката погрешка на Ева е, че не знаеше как да яде. Тя не послуша Господа, а послуша други, които я съветваха да яде от забраненото дърво. Като ядеш от туй, което хората ти препоръчват, всякога ще има вкисване и неразположение. Има едно вътрешно чувство в човека, което му подсказва какво да яде, него слушайте.

Неправилното хранене разваля добрите отношения между хората.

Според храната на нашия ум, на нашето сърце и тяло ще се определи живота, който може да прекараме на земята. Всички болести се зараждат от нашия ум и от нашето сър-

це. Стомахът и душата боледуват, защото им даваме лоша храна. Щом няма достатъчно светлина в ума, неврастенията е готова.

Когато изучавате живота, изучавайте първо ония елементи, които го поддържат. Това са най-силните желания, а именно дишането и яденето. Като знаете основните желания на човека, можете да определите вторичните му желания.

Ако ангелът се храни с човешка храна, ще стане човек, ще изгуби качествата на ангела.

Когато в живота на човека започват да се изреждат ред неуспехи, заедно с това се създават ред болести, страдания, загуби в пари, в близки и т. н. В тази фамилия започват да умират този-онзи, и ако проследят живота на цялата фамилия, на целия род, ще видят, че причината за тази смърт се дължи на неправилното хранене. Всички нещастия се дължат на неправилното хранене. Който не вярва в това, нека, като му дойдат някакви нещастия, да провери, да види с каква храна се е хранил и продължава да се храни. Само така ще се увери в истинността на моите думи. В това отношение природата е била много внимателна. Тя е създала преизобилно храна за всички, а също така тя е създала и съответна храна за всички условия на живота. Ако искате да развивате ума, сърцето или волята, вие ще трябва да употребите съответна храна за тях. Ако искате да станете артист, или художник, или музикант, или учен, вие трябва пак да си изберете съответна за това храна. Само чрез храната ще можете да постигнете това, което желаете.

Ако съвременната наука иска да измени човешкия характер, трябва да се подбира храната. Запример, ако се храните един месец само с череши, един месец само с ябълки, един месец само със сливи, един-два месеца само с картофи, само с жито или само с ечемик, или само с ръж, или само с ориз,

или само с грах, или само с боб, или само с гулии, или само със зеле, ако се храните цял месец само с грозде, ще видите какво влияние ще окаже. Всички тия храни имат разни влияния. Всеки един плод има особени качества, които се предават на човека. Та казвам: ние се запознаваме с плодните дървета, с плода и придобиваме съответните качества, които те имат. Преработваме този материал на растителното царство. Те знаят по-добре да хванат енергиите, които идат от слънцето и да ги обработят за хората.

Артисти са правили опит, когато са искали да играят роля на идеална любов, да се хранят дълго време с овче месо, защото това месо предразполага към такива чувства.

Нашата философия зависи от яденето. Твоето философско вярване, твоето религиозно вярване зависи от яденето, твоето изкуство зависи от храната. Ако тази храна не е чиста, ти няма да имаш светъл ум, ако тази храна не е чиста, ти няма да виждаш нищо около тебе. Един художник, на когото кръвта е отровена, той не може да вижда и да рисува хубави картини; ако кръвта на един музикант е отровена, той не може да свири както трябва; една майка, на която кръвта е отровена, не може да отглежда децата си; един учител, на когото кръвта е отровена, той не може да възпитава децата.

За да разберем коя храна е по-здравословна, нека направим следния опит: ще подложим един човек на режим – три месеца ще го храним само със свинско месо и по три пъти на ден ще пие по половин литър вино. Друг ще подложим на плодов режим – в продължение на два месеца той ще се храни изключително с плодове и ще пие чиста гореща вода. По време на опита ще наблюдаваме и двамата, да видим какви ще бъдат отношенията им към техните близки и окръжаващи.

Храната, която слиза отгоре, дава живот. Онзи живот,

който слиза от небето, има за цел да преобрази сегашните хора. Човек по никой начин не може да се преобрази, ако той не измени храната си. Дотогава, докато вълкът се храни с месо, вълк ще си остане. Храната определя характера. За да може престъпникът да се поправи, трябва да му се дава съответна храна. Ако храните един престъпник три години с жито само, ще видите как ще се измени.

Щастието на човека зависи от неговото ядене. Ако човек знае как да яде, ще бъде щастлив.

Ако вие наблюдавате един човек как яде, вие ще знаете какво ще стане. От яденето ще знаете резултатите. Някой път, като дойде някой при мене, аз врачувам другояче. Една наука имам, за себе си я държа. Понякой път аз, като искам да позная един човек какъв е, му давам един обяд, след това аз имам точните данни, дето всичко е разрешено. Пък някой път и на себе си дам един обяд и наблюдавам себе си. И пак зная какво ще свърша. Но това изкуство не го казвам никому. То е нещо, което не може да се предаде. Та казвам: ако знаеш как да ядеш, от него зависи всичко в света.

Сполуката в каквото и да е направление принципно зависи от яденето на човека. Гледай човека как яде и ще видиш дали умен ще стане, дали учен ще стане, дали добър ще стане, дали красноречив ще стане, дали музикант ще стане. От яденето всичко може да стане. Като го видиш 45 пъти как яде, можеш да разбереш какво ще стане от него.

Каквато храна ядеш, такъв ще станеш. Този закон е верен и на физическия, и в духовния свят. Не може животинската или човешката кръв, пролята насилствено, да не донесе лоши последствия за човека. Това е строг, неумолим закон на природата.

Наблюдавайте с каква храна човек се храни. Не трябва

да знаете характера му. Достатъчно е само да знаете с каква храна се храни. Като проследите с каква храна се храни, ще знаете какъв е характерът му. Казвате: „Как е възможно това?“ Да, проследете с каква храна се храни вълкът или паякът, или змията и ще видите какъв е техният характер. С какво се храни овцата? С трева. Значи, храната е създала вълка, храната е създала змията, храната е създала характера на овцата и т. н.

Според храната ще разберете и характера. Вълкът, който се храни с месна храна, има един характер, овцата, която се храни с растителна храна, има друг характер. Хората, които се хранят обикновено, имат един характер, онези, които се хранят с Божественото Слово, имат друг характер.

Вълкът не може да направи престъпление в един случай, в друг случай вълкът може да направи престъпление. Вълкът може да направи престъпление да изяде една овца; овцата не може да изяде един вълк. Овцата може да опаса една нива. Вълкът никога не може да опаса нивата. То са възможности сега. Ако вълкът изяде една овца, в кого е вината – във вълка или в овцата? В овцата. Какво търси овцата при вълка горе в планината? Ако овцата опаса една нива, овцата ли е виновна или нивата? Нивата. Какво търси нивата при овцата? Следователно законът е същият. Овцата, която стои на едно място, вълкът я изяжда. Нивата, която седи на едно място, овцата я опасава.

Злото не е в яденето. Когато се забранява известна храна, то става от съображението да не се причинява страдание на съществото, което се употребява за тази храна.

Всичките злини на хората произтичат от това, че те ядат ябълките, без да посадят техните семки. Доят кравата, без да се грижат за нея. Издоят я, дадат ѝ малко сламица и в неделята ще ѝ дадат малко зобчица – използват кравата.

Природата никога не обича използването. Казвам: горко на онези, които използват ближните си! (...) Горко на тях. Блажени са, които не използват.

Мислите, че един вълк е справедлив към една овца, като я хване и я разкъсва? Ако питаш защо я разкъсва, казва: „Това е баница, направена за мен, да я опитам“. Вълкът за овцата ще ви даде такъв отговор, както вие разкъсвате баницата. Вие, като разкъсвате баницата, казвате: „За мен е направена“, и не влагате никакъв живот в баницата. Вълкът не мисли никога, че има една душа в овцата и че тя страда – счита я като баница. Дали така мисли вълкът, то е въпрос, аз правя едно сравнение, аз сравнявам и вие може да сравнявате, има подобие. Ако вълкът схващаше, че овцата страда, че един ден и той ще страда, той не би го направил. Схваща го като една необходимост, трябва да изяде овцата в дадения случай.

И ние, съвременните хора, се оправдаваме, заколваме една овца и казваме: „Необходимост е за нас“. Няма Божествен закон, който да забрани. В природата няма закон, който да казва какво да се яде. Яденето на месо за нас е един произвол.

Отражението на ангелите, това са четвороногите – крави, волове и пр. Те са отражение на ангелите на земята. Кои са дъщерите? Синовете и дъщерите са тук, между вас. Как се отнасяте вие със синовете и дъщерите? Ти казваш: „Това е една крава, вол, овца“ и пр. Тогава какво разбиране имате вие за битието? Че това сте вие! Това са вашите братя и сестри, които се жертват за вашия живот. Всеки ден те умират. Колите ги, ядете ги, вземате маслото и млякото им и разрешавате един велик въпрос: какво нещо е Господ.

В една година измират не от собствена смърт, но от избиване от хората повече от 35 милиона животни. Най-малко животни се избиват в Индия. Тяхната религия поддържа, че животните, особено млекопитаещите, не трябва да се убиват. Най-много говеда има в Индия. Там ги оставят да живеят до

най-дълбоката им възраст и ги почитат като старци. Като умрат, те ги погребват. Докато са живи, те се ползват само от млякото и от вълната им, но не и от месото им, защото не употребяват месо. В Европа употребяват много месо.

В странство ядат много месо. В Америка колят всяка година около 35–40 милиона свини. Никога не е имало таква изстребление на бозайниците както сега и затова в органичния свят има едно аномално състояние. Животните са развили стомашната система на хората.

Седемдесет и пет процента от съвременните страдания на хората се дължат на онова безразборно изстребване на млекопитаещите, на животните, които образуват в умствения свят цял катаклизъм, едно раздрусване. Че е разклатена така нервната система, се дължи на това, че бялата раса безразборно избива животните, безразборно не само ги избива, но ги и консервира. С години седят и се развалят.

От това, че се колят безобразно животните за ядене, в астралния свят настава голяма бъркотия, размътва се цялата атмосфера, а ние при това положение искаме да бъдем здрави. За тази несправедливост, че отнемаме живота им, още дълго, дълго ще страдаме.

Аз бих желал онези, които философстват, че трябва да се колят животни, да ми покажат един здрав човек! Ако няма, нека докажат кои са причините, загдето хората не са здрави. Ние, културните хора, мислим, че тези същества са наши роби. Ако ние сме господари на света, тогава да заповядваме на болестите. На болестите не можем да заповядваме, на беднотията, на сиромашията, на земетресенията – също.

Гневът и страхът раждат една ужасна отрова. Аз съм против месоядството, защото когато колят животните, като им отнемат живота, у тях се явява страх и омраза и тогава се

ражда една от най-опасните отрови, от която цялата бяла раса е отровена. Всичката нервност, която хората имат, се дължи на това, че колят млекопитаещите. То са милиони същества, които като влязат в астралния свят, размътили са цялата атмосфера, а при това ние искаме да бъдем здрави. Всички болести се дължат на нашата несправедливост спрямо тях.

Болестите, които нападат хората, се дължат на минали и сегашни прегрешения. Нищо не остава безнаказано! Микробите, които днес тровят човешкия организъм, не са нищо друго, освен отровата на страха, на омразата, които говедата, кокошките, агънцата са изпитали към човека, когато ги е клал и убивал. Възможно ли е това? Възможно е. Както една обидна дума може да отрови и разруши човешкия организъм, така и страхът и омразата на животните, които човек коли, тровят неговия организъм.

Известни болести, лоши мисли и желания, които се проявяват във вас, се предизвикват от някои млекопитаещи животни. За да се освободите от тези страдания, трябва да смекчите отношенията си към животните. Често омразата на куче може да повлияе тъй, както омразата на човек. Не смятайте, че мислите на животните са много слаби. Не, те са много опасни за света.

Самата култура носи отрови в себе си. Така, както вървят хората, ако не се поправят, те носят сами за себе си своето нещастие. Отде се раждат нещастията? Най-първо нещастията се раждат от онзи неестествен подбор на храната. В Америка има една статистика, според която всяка година се избиват около 3540 милиона свине. В Европа също така се избиват с милиони животни, като не се държи сметка за техните чувства. В Писанието е казано: „Който коли вол, е както когато човек коли“. Това показва, че Бог не съизволява в смъртта на животните. Питам: как ще се подобри човешката култура,

когато едно голямо количество от млекопитаещите се избива всяка година? Тези млекопитаещи, като се убиват, създават най-неблагоприятни условия за човешката култура. И тези религиозни хора, християни, всеки ден отварят Библията и четат, че Господ е създал всичко това за хората. Времето ги създаде. След това дойдоха растенията, които изкупват живота на животните. Животните пък изкупват живота на хората. И тогава хората казват, че било позволено да се ядат животните за благото на човечеството. Това е едно вътрешно позволение. Това е една от най-неестествените храни. Човек може да си позволява много неестествени работи!

Като ви говоря по този начин, аз не искам да ви направя вегетарианци. Това е неестествено. Сега аз искам вие да желаете онези принципи, които са необходими, да ви направят човек. Ако искате да имате отличен ум, отличен стомах и отлични дробове, вие трябва да си избирате съответна храна.

Задачата на животните е да събират магнетизъм. Докато животните са здрави, и хората ще бъдат здрави, щом животните почнат да боледуват, и хората ще боледуват. Ето защо ние трябва да бъдем приятелски разположени спрямо животните, за да можем да се ползваме от магнетичните сили, които те складира в себе си.

Поради изсичане на горите и избиване на млекопитаещите, хората се натъкват на големи страдания, без да могат да си помогнат. Те не подозират, че животните и растенията представляват резервоар на жизнени сили за растенето и развитието на човека. С изстребването на млекопитаещите жизнената им енергия се разпръсква в пространството. Понеже хората не могат да се свързват пряко със силите на природата, те се лишават именно от ония жизнени сили, които се възприемат от животните.

Чрезмерното избиване на млекопитаещите животни създава аномалия в природата. Повечето болести се дължат на

избиването на млекопитаещите и на птиците. Понеже с това избиване се спира тяхната еволюция, всички сили, които трябва да образуват тяхното благо, остават неизползвани и с това се явява един хаос, който е причина за разните болести. Знаете ли какво става след безразборното изтичане на тази животинска кръв? От изпаренията ѝ се образуват разни серуми и култури за вредоносните бацили, от които идват всички злини в органическия свят. За да се сложи равновесие в природата, тя трябваше да отдели около един милион килограма кръв, за да се балансира тази на животните. Но днес в тази война се пусна около 2 милиона килограма кръв.

За да се тури равновесие в природата, тя трябва да отдели 100 милиона килограма кръв, за да се балансира кръвта на животните – и войните го правят това.

Както е потребна водата да се изперат дрехите, да се полеят цветята, така понякога път, ако вършим малки престъпления, има нужда от кръв за чистене. Понеже престъпленията са големи, милиони хора трябва да измрат, за да се очисти напоената земя от престъпленията, за да можем да живеем ние.

Ще дадете доста кръв, докато се очистите.

Вашето щастие в света почива върху страданията на тези малки същества, които ви служат. Вие, които минавате за много благородни, питайте малките същества какво ще кажат те за вашето благородство. Всички овце, волове, агнета, кокошки, патици, всички птички, които имат отношение към вас, си имат особено мнение за човека. Всички по-малки същества с един глас казват, че човекът е ужасно жестоко същество. Ако попитате дърветата и те същото казват: „Ужасен, безпощаден е човекът!“ И тогава вие питате: „Защо Господ създаде света такъв?“ Не! Господ е създал света много добър, но ние и всички други преди нас го развалихме. Така, както днес е развален външният свят, той се отразява в нас.

Светът е направен така, че като страда господарят, страдат и слугите, и обратно.

Каквито блага е предвидил Бог за човека, същите блага са предвидени и за тревите, и за цветята, и за мушиците, и за рибите, и за птиците, и за млекопитаещите.

Един ден кокошката се оплакала от господаря си, че постоянно взимал яйцата ѝ и ги изяждал. Същевременно и овцата се оплакала от господаря си, че стригал вълната ѝ и доял млякото ѝ. На оплакванията на кокошката господарят възразил: „Нека благодари кокошката, че не взимам живота ѝ. Що се отнася до яйцата ѝ, аз я облекчавам. Тя снася през годината около 150 яйца, а може да измъги най-много 2530. Какво ще прави тя с останалите яйца?“ И на овцата, която също се оплакала, господарят ѝ казал: „Ти имаш агънце, което храниш с млякото си. Аз взимам част от твоето мляко. Ако пък не стрижа вълната ти, ще страдаш – горещината ще те измъчва.“ И кравата се оплакала от господаря си, но той и на нея казал, че няма право да се оплаква – тя дава мляко повече, отколкото е нужно за теленцето. При това теленцето ще се храни с мляко най-много една година, след което млякото е свободно. Значи аз имам право да го взимам.

Човек е в хармония с природата, както и с Божествения свят, докато се ползва от излишъка на благата. Рече ли да използва всичките блага, той нарушава тази хармония. Природата задържа част от благата за себе си като неприкосновен запас. Който се осмели да посегне на този запас, той нарушава великия ред на живота.

Има един човешки порядък, който хората сами са вмъкнали в живота си и от който те сами трябва да се освободят. За да се освободят от този порядък, те трябва сами да елиминират човешкия порядък и да дойдат до Божествения, до Божественото начало в човека. Всеки човек ще намери Божественото разбиране в себе си – никъде другаде. Колкото

и да е гладен човек, той никога няма да отреже от крака си малко месо или отдето и да е другаде. Никога човек не би си позволил да яде от собственото си месо. Ако отреже от собственото си месо и се опита да го яде, той ще изпита голямо отвращение. Щом за себе си ще почувства такова отвращение, защо и по отношение на другите да не изпита същото отвращение? Защо гладен човек, когато няма никой, може да умре, без да посегне върху своето тяло? Защо, и когато има хора около него, пак може да умре гладен? И в единия, и в другия случай човек не трябва да посяга на месото на своя ближен, на себе си, или на животно. Това е Божественото разбиране. Ако го приложим в живота си, смърт няма да има.

Сега ние сме оставили този истинския живот и вземаме един живот, който не е изявление на Бога: вземем едно животно и без то да иска, отнемаме му живота. Не го питаме съгласно ли е. То иска да живее, пък ние го изяждаме. Не, така не се живее. Големите нещастия, големите болести, неврастенията, охтиката, които се явяват в света, се дължат отчасти на избиването на млекопитаещите и изсичането на горите. Всички болести се дължат на неестественото положение, което си позволяваме в света. Ние си позволяваме това, което не трябва да си позволим, защото нямаме свещено чувство. Ние си позволяваме да отсечем едно дърво, едно растение, ей така, само от каприз. Има растения, които са живели 100, 150, 200 години, а в Америка има растения, които са живели 1 500 000 години. И американците ги изсичат. Но от безразборното изсичане на горите, от безразборното избиване на млекопитаещите, няма страна в света с толкова неврастения и толкова нервни болести, колкото Америка, и няма хора, на които зъбите да са изпадали така. Ще кажете, това е една случайност. Навсякъде законът е същият. Нямаме право да правим това, което си искаме! Трябва да вършим онова, което е в съгласие със законите на живата природа.

Същинският човек се храни чрез своето съзнание.

Човек се намира между две системи – мозъчната и симпатичната нервна система. И след като той си замине от този свят, тези две системи продължават да функционират и в онзи свят.

Казвате: „След смъртта тялото се стопява, изгнива и изчезва“. Не, има нещо, което и след смъртта на човека не изчезва от тялото. Напротив, след като умре човек, тогава именно той по-силно чувства, че е свързан с хиляди и милиони още същества. Значи с каквито хора сте били свързани преди смъртта си, тази връзка ще чувствате най-силно. Ако сте били свързани с хора на стомаха например, тази връзка ще чувствате най-много. Ако сте били свързани с хора на дробовите, с тях ще чувствате най-силна връзка. Тъй щото не мислете, че като отидете на онзи свят, ще бъдете свободни. Ако на земята сте били свързани с хора, които живеят само за стомаха си, и на другия свят ще бъдете свързани с техните желания, които непрекъснато ще ви мъчат.

Като умре някой, който е обичал да си угажда в яденето, с изчезването на физическото тяло изчезва и възможността да яде и пие, обаче желанието му остава, затова обикаля около онези, които ядат и пият, поощрява ги, но той пак остава гладен, защото няма физически органи.

Ще намериш такива хора като тебе. Кой какъвто е, такива ще намери: който обича да одумва, ще намери такива събрата, да одумват; който обича парите, ще намери такива като себе си, които обичат парите; който обича да пие, ще намери като себе си, да пият. Целия ден ще се разхождат по света, кой където вдигне чашата да пие, ще казват: „Остави и на мене“. Който обича да пуши тютюн, ще намери онези, които пушат. Онези дами, които обичат да мажат лицето си, ще намерят като себе си. Знаеш ли колко са смешни душите? Една душа мисли, че има коса, че има лице, че седи пред огледалото, маже се. Никакво мазило няма там! После туря

рокли, облича се, пък няма. Там има съвсем друг порядък. Взема години, докато една душа дойде в съзнание, че то е сън. Както когато насън сънувате, че ви гони някой или сънувате, че сте богати.

Цяла плеяда са около някой лаком човек; видят те, останат при тебе и започват да ти дават съвети. Но те обичат само уханието: като печеш рибата, като миришат, на тях мед им пада на сърцето.

Аз съм слушал да казват: „Не можеше ли Господ да направи хората без да ядат?“ Можеше. След като умреш, няма да ядеш вече. След като умреш, ти ще ходиш при хората, ще гледаш – те ядат, на теб ти се яде, но не можеш да ядеш. На всички трапези ще гледаш, всички ще виждаш как ядат, но нищо не можеш да вкусиш. Само ще живееш с преживяванията на миналото. Речеш да вдигнеш лъжицата, не можеш. Трябват няколко хиляди души, за да вдигнат една лъжица и да я турят в устата. Докато я вдигнат, ще се минат три-четири седмици, яденето ще се развали. Те не могат да вдигнат една човешка лъжица, понеже, ако рекат да вдигнат човешката лъжица, те ще се вплетат в кармичния закон за причина и последствие. Някой се чуди, как един дух да не може да вдигне една лъжица. Как ще вдигнеш, има един водовъртеж, ако речеш да го прескочиш, ще идеш в дупката, няма нищо да остане от тебе – този водовъртеж не можеш да го прескочиш. Та някои не разбират този закон. Не само една душа, но и хиляди да се съберат, пак не могат да вдигнат една лъжица. А един човек вдига не една, но колкото иска лъжици.

Като говорим за битието и небитието, това не значи, че битието е нещо реално, а небитието – нереално. Непитието е място на страдание, на ад. Страшно е положението на човека, като влиза в небитието. Той има желание да вижда, но около него е тъмнина; иска да яде, мъчи го гладът, но няма какво да яде; жаден е, иска да пие вода, но не може да задоволи

жаждата си. От гледище на битието, на материалния живот, небитието е живот на въображение. Защо? Защото нещата там не се реализират. Небитието е живот на жажда и глад, вечен стремеж да удовлетвориш нещо, което при дадените условия не може да се удовлетвори. Ето защо, докато е на земята, в битието, човек трябва да изучава закона на доброто, за да може да удовлетвори в себе си глада и жаждата. Само доброто като велик разумен принцип, освобождава човека от глада и от жаждата. Доброто е основа на великия закон за освобождаването. Да бъдеш добър, значи да се освободиш от робството, т.е. от света на ограниченията и смъртта. Под „смърт“ разбираме ония условия, които лишават човека от благата на живота. Тази е причината, дето хората се страхуват от смъртта. Които не разбират смъртта, мислят, че тя ще ги освободи от мъчнотиите в живота. Не само че няма да ги освободи, но тя ще ги въведе в небитието. Мисълта за небитието представя киселина, която разяжда и руши. Ако човек мисли дълго време върху небитието, в края на краищата ще се изпари. Много философи са се изпарили по единствената причина, че са попаднали в областта на небитието. Никой обикновен човек, никой смъртен не е разрешил и не може да разреши въпроса за небитието. Който се е занимавал с този въпрос, нищо не е постигнал.

„Тогава защо съм се родил?“ Да бъдеш добър. „Как ще стана добър?“ Като удовлетвориш глада и жаждата си с доброто. Това значи разумно хранене. По този начин думите Христови, че не само с хляб човек може да живее, но с всяко разумно Слово, което излиза от Бога, стават разбрани. Който се храни с доброто, той не умира, той става господар на условията, той влиза в областта на битието. Значи реално е само доброто. Реално е само това, което не се изменя, нито изчезва, нито се унищожава. Понеже доброто не се изменя, не се губи и не изчезва, то е реално. Водата реална ли е? За нас не е реална, понеже се изменя. За други същества, обаче, водата е реална. Твърдата материя е реална за нас.

Та сега мнозина от вас сте в небитието, казвате: „Тази работа не мога да я направя“. Значи в небитие си. А когато я проявиш, ти си в битие. Ако не можеш нещо да създадеш, пак си в небитие, а ние се стремим да влезем в битието на живота. Аз вземам битието в положителен смисъл. Не че небитието не е реалност, но в небитието са най-страшните работи, които човек може да си представи, да си въобрази. Някой казва: „Туй да не бъде!“

Представи си, че ти си в небитието, имаш всичките желания, жажда, глад и стремеж да ги запазиш в себе си, а нямаш никакви условия за туй, което е в тебе. Знаете ли какво страдание ще бъде! Да не заемаш никакво място, а да мислиш, че имаш нещо. Да желаеш да ядеш, да го усещаш в себе си, мъчиш се, а нямаш какво да ядеш. Нищо не виждаш наоколо, всичко е празнота, няма пространство, в тъмното си. В какво положение ще бъдеш? Невитие е това. От гледище на сегашния живот това е въображение, това е халюцинация. Халюцинация е, защото няма какво да реализираш в небитието. Вярно е, че не можеш да ядеш, нищо нямаш, нищо не съществува, но същевременно в тебе има един вътрешен импулс, който се нарича глад и жажда.

Искаш да ядеш, нямаш стомах, където да туриш храната. Искаш да хванеш някого, нямаш ръце, искаш да идеш някъде, нямаш крака. Питам: ако се намерите в оня свят и казвате, че нямате ръце, крака, очи, имате желанието, във вас седи желанието на живота, а нямате живот да изпълните вашето желание, знаете ли какво ще ви бъде положението? Преди години един американец написал една книга – „Писма от оня свят“ и разправя за наказанието на богатите хора. Разправя, че богатите хора, които не са правили добро на този свят, в онзи свят пред тях седят богати трапези, с най-богати яденета, но те като рекат да се приближат при яденето, масите се отдалечават. Те вървят пред тях, те се приближават, масите се отдалечават и така постоянно обикалят около яденето и не могат да го стигнат.

Преди може би 1015 години в Америка писаха едно писмо от оня свят. Пише един на баща си. Всичко, казва, имаме, но не може да се яде. Всичко, каквото помислиш, го има. Разпраща, че трапезите са наредени с какво ли не. „Всичко има, каквото пожелаем. Но речем ли да се приближим до трапезата, и масата се движи. До каквото се приближим, всичко се отдалечава.“ Мислите ли, че всичко в този свят се яде? Минаваш някой път, седи яденето изложено, пък ти нямаш пет пари в джоба. Гледаш го – не се яде. В оня свят не може да се яде, ако нямаш пари. И там трябва пари. В оня свят ти не можеш да вземеш нещо от готвач, ако ти не си го любил – той нищо не дава. Щом го обичаш, масата не се движи. Щом не го обичаш, масата се движи, бяга от тебе. В този свят не е ли така? Една мома като не обича момъка, бяга от него. Щом го обича, разговаря се. Момъкът, щом обича момата, и тя стои. Щом не я обича, бяга. Законът е един и същ.

Днес кога се радвате? Като си опечете едно прасенце, кокошчица, пуйчица, наточите си винце, седнете на масата, затракат вилицы, зачукат се чаши, пие се за здраве, за хаир на света. Да, но тези кокошки и агънца са недоволни от вашата радост, не я споделят. Вашата радост е тяхна скръб. Един ден отношенията ще се изменят: от вашите тлъстини ще се образува тревата, която овцете спокойно ще хрупат. Това ще им бъде отплата за тяхното месо, което вие ред години сте употребявали. Такъв е великият кармичен закон. Христос казва: „Като разберем така живота, нещастията ще изчезнат и животът ще бъде светъл“. Вие не знаете защо овцете пасат тревата. Това е един временен метод, а за в бъдеще храната ще може да се възприема от цялото тяло, от порите му, без да се дъвче. Ще попитате: „Какво трябва да правим?“ Да държите всякога отворено, светло и чисто окото, което Бог е вложил във вашата душа, за да може да се грее на Неговата топлина и светлина.

Често хората се смеят на египтяните, които обожавали Апис. Този Апис, именно, смекчаваше характера на египтя-

ните, които бяха един много реалистичен народ. Ще кажете, че това е заблуждение. Не, в Аписа те считаха, че живее божество, на което се кланяха. Египтяните одухотворяваха животните и казваха, че и у тях има нещо Божествено. Те мислеха, че във всяко животно се вселява някое божество, вследствие на което почитаха и уважаваха животните. Така гледаха те на Аписа, на котката, като на свещено животно. Там никой нямаше право да убива животните. Те бяха на голямо почитание.

В 77 глава от Исая е казано, че който убива вол, е също като че убива човек. Пророк Исая, който е живял преди повече от 3 000 години, е имал по-висок морал от сегашния. След всичко това хората казват: „Христос възкресе!“ Христос възкресе, но не и за вашите волове, овце, кокошки. Докато Христос не възкресне за всички живи същества, за вашите волове, овце и агнета, не можете да влезете в Царството Божие. Аз взимам думите „вол“, „кокошка“, „овца“ в преносен смисъл. Преди 2 000 години Христос е казал: „Да възлюбиш ближния си като себе си“. В тоя стих има нещо изпуснато, не е взет целия. Затова аз добавям: „Да възлюбиш всички живи същества, от най-малките до най-големите като себе си“.

„ОБИЧАШ ЛИ МЕ?“

Неяденето е едно престъпление. Но такъв закон съществува ли в света? Овцата, като пасе трева, е намясто. Вълкът, като изяде овцата, не е намясто, считат го виновен. Овцата, като яде трева, не я считат виновна. Вълкът, като изяде една овца, го считат за виновен. Кои са мотивите, с които се обвинява вълка, че е виновен? Вълкът е виновен в това, че е изял храната на овцата. Понеже тя като си събирала храната – овцете в известна степен спадат към преживните животни – след като си събрала храната, за да я обработи, вълкът взел, че я задигнал. В това е вината му. Нарушил правилото на овцата. Т.е. в природата едно същество няма право да отнема яденето на друго същество. Ако вземе храната на друго

същество, то вече е нарушило закона. Този вълк образува статическо положение.

Вълкът, това са мъчнотиите в света. Всъщност вълкът не може да изяде овцата, защото в природата съществува един закон, че туй, което се изяжда, повече се размножава. Ако вълците се бяха отказали да ядат овцете, овцете щяха да намаляват. Значи докато съществуват мъчнотиите и страданията в света, знанието на земята ще се увеличава.

Щастието, в пълния смисъл на думата, се обуславя от доброто разположение на всички разумни същества. За да бъдеш щастлив, ти трябва да бъдеш разумен. Ти трябва да живееш между разумни същества, та тяхното колективно разположение да го чувстваш като щастие. Това значи да бъдеш във връзка с разумността, с Божествената Любов. Когато хората не могат да намерят щастието, това показва, че те искат да задържат щастието само за себе си. Такова щастие в света не съществува. Такова щастие българинът го купува с пари. Като си купи едно прасе, цяла зима го храни, през лятото също, по три-четири пъти му носи храна, дава му вода, чеше го по гърба. Прасето издава един звук на доволство, с което иска да каже: „Колко съм щастлив! Намерих най-послед един господар, който се грижи за мене.“ Всичко върви наред. Но като дойде Коледа, има цвилене, пеене. Сега пък българинът иска да знае дали свинята е била щастлива. Той яде свинята, за да бъде щастлив.

Щом изядеш една свиня, тя ти става квартирант. Изядеш една кокошка – също, каквото изядеш, стане квартирант.

Ако се храните със свинско месо, свинските клетки ще се присадят у вас. Ако ядете само месна храна, от натрупването на тия клетки ще вземете този характер на тия същества, които сте яли. Свинските клетки са неестествени, изисква се голяма енергия, за да ги задържи човек на работа, те са хем много мързеливи, хем много разрушителни.

Защо е нехигиенично свинското месо? Щом изядете свинското месо, свинските клетки ще станат част от вас. Свинщината ще стане част от вас. Свинските клетки са много мързеливи – за да ги накараш на работа, ще харчиш повече енергия, отколкото те могат да свършат за тебе.

Вие често не забелязвате, че формите, които съществуват в природата, изразяват условията. Ти искаш да имаш едно голямо тяло. Природата е правила опити. Да кажем, ти имаш формата на един човек и формата на една пчела. Човек казва, че много малко яде. Човек, който малко яде, на колко пчели ще изяде храната наведнъж? С един твой обед 30 хиляди пчели могат да живеят една седмица. Мислите, че нашият живот, който имаме, е много икономичен! Вие ни най-малко не сте икономични на природата. Три пъти на ден ядете, толкоз много – и считате, че малко ядете. Ние ядем толкоз много, защото много малко приход имаме. От храната, която вземаш, много малко се асимилира в организма ти.

Онази храна е добра, която е в състояние да организира силите на човешкия организъм. Всяка клетка трябва да бъде организирана, жива, за да взима съзнателно участие във функциите на човешките органи, не взима ли участие, тя е мъртва, вредна за организма.

Отде произлиза думата „свиня“? Аз взимам свинята като емблема на същество, което оценява живота. Тя толкова много обича живота, че когато предчувства, че ще я колят, започва да вика толкова силно, че събира хората около себе си. Тя има силно желание за живот.

Тревата, плодовете, които ги ядете, те се радват, а пък животното, като го колите, за да го ядете, е недоволно и това негово недоволство ще влезе у вас.

Клетките, които идват в нас от животинското царство,

повече изразходват и по-малко придобиват, а растителните клетки, които влизат в нас, по-малко харчат и повече придобиват. Освен това животинските клетки, които приемаме, са твърде непослушни.

Едно ядене, което е приятно за едного, не е приятно за другото. Защо? Как ще обясните? Вкус има. Но има и по-дълбоки причини. Приятна е онази храна, която ти доставя онова, което искаш. Неприятна е оная храна, която взема повече, дава по-малко. Такава храна като вземе от тебе и излезе навън, ти се усещаш обеднял.

Защо свинското месо е нехигиенично? Свинските клетки имат голяма индивидуалност. Те, като влязат в тялото, трябва да туриш 20 други клетки, да пазят една клетка. При най-удобния случай излизат. За 100 мъже ще изяде храна, а за 5 мъже ще свърши работа. Защо е такъв, не го съди отвън. Всички онези, които ядат свинското месо, все плащат. Казвам: на нас не ни трябва големи индивидуалисти, нас ни трябва клетки, които да бъдат в хармония с нас. Онази храна, в природата, когато едно живо същество я приеме, да остане в хармония с неговия живот.

Когато клетките на месната храна влизат в организма, той трябва да употреби десет пъти повече енергия, за да ги задържи в себе си, т.е. да ги постави в известен устой и да ги впрегне на работа. А колко могат да изработят такива клетки? Защо са нужни тези работници на човека, ако те му донасят едно, а завличат друго? Свинското месо е вкусно, но едно донася, а десет отнася. Ще ядете такава храна, която десет ще донесе, а едно ще завлече. Това е плодната храна. Туй неестествено състояние, в което е попаднал човек и целият културен свят, се дължи на месната храна.

Силата, която се получава от консумиране на плодове и

зеленчуци, е много по-трайна, отколкото получената сила от месото. Повече сила се изразходва за асимилирането на месната храна, и тогава каква е ползата?

Понеже трептенията на бозайниците са по-низши от тези на човека, затова той се спъва, когато ги яде и не може да се развива. Месната храна е проникната от трептенията на животинските страсти, а в това отношение растителната храна е чиста. Човек трябва да се храни с чиста храна, за да имат клетките му послушание. Ако човек дълго време се храни със свинско месо, ще добие свински характер, ако се храни с кокоше месо, ще добие кокоши характер.

Българинът яде повече хляб, за да стане по-мек. Някои други народи ядат месо – на закуска, на обяд и на вечеря – и добиват една груба активност в по-низша област. Ще мине доста време, докато човек се отучи да употребява месна храна.

Ако ядеш свинско месо, ще имаш разбиранията на свинята: ще ровиш в земята и ще мислиш, че крушите, които падат от дървото, си ги изровил ти сам. В едно отношение свинята е права – като рови в земята, тя изравя зимните ябълки. И да падне нещо отгоре, тя мисли, че отдолу е дошло. Тя всичко търси отдолу.

Не е лошо да се яде кокошчица или пиленце. Но туй пиленце ще влезе вътре в тебе и ще започне да рови. Който много кокошки яде, истина не може да държи. Тези, които много кокошки ядат – има такива стари баби, те са вестникари, които ходят да разправят новини. Дойде вкъщи, казва: „Ще ви кажа нещо ново: нашият свещеник отишъл на хаджилък. Никому да го не казвате!“ Ще иде на друго място: „Нашият свещеник отишъл на хаджилък, никому да не го казвате!“ Вечерта цялото село знае, че свещеникът отишъл на хаджилък.

Ядеш ли заешко месо, от теб човек няма да стане. Искаш ли човек да станеш, заешко няма да хапваш.

Вълкът, след като лиши овцата от нейния живот, от възможността да се развива, къде отива тя? Изяде я вълкът. Тази овца съществува ли вече? Ако вие направите една смес от желязо и чисто злато по равно, например по половин кило желязо и злато, мислите ли, че златните частици ще станат железни? Както и да ги размесвате, желязото не може да изяде златото. Къде е златото? Мислите ли, че един вълк може да изяде една овца? Той се лъже, овцата остава овца. Това са философски въпроси. Казвате: „Ние знаем, че вълкът изяде овцата“. Той е разрушил само формата, лишил е овцата от нейната форма, но не е съумял да преобрази овчия живот, да го направи като неговия, вълчи. След като я изяде, той става кротък и спокоен като овца. Казва си: „Защо изядох овцата?“ Но после, като огладнее – овцата вече се е освободила от него, тя си е заминала, той почва пак да обикаля стадото. И понеже е обикнал първата, той продължава да я търси. Казва си: „Аз бях неспокоен, имах лошо разположение, а като я изядох, успокоих се. Ще намеря друга овца да ми даде същото разположение.“

Престъплението на вълка не е в това, че е изял овцата, но че е разрушил една форма, която не е създал. Следователно в света нямаме право да разрушаваме това, което не сме създали. Туй, което ние сме създали, може да го изменим. Или другояче казано: нямаме право да разрушаваме форма, която Бог е създал.

Понякой път казваме: „Да бъдем искрени!“ Едно прасе поят го, хранят го по 45 пъти на ден, приготвят го за Коледа и като дойде Рождество Христово, когато се е родил Христос, започват всички свине да плачат. Тогава българите изобщо мушкат свинете в сърцето, или им прерязват гърлото. Някой брат гледам, понапил се малко, дойде Коледа, погледнеш, разболял се. Някой път го заколят – дръпнали го, мушна

го някъде, отишъл братът. Казвате: „Здрав беше“. Не е ли той изваден от кочината? Къде са го турили? Ние сега се заблуждаваме и казваме, че той е отишъл при Господа. Прави сте. Свинете, когато излязат от кочината, къде отиват? Свинята, докато е в кочината, е била в кална къща. Щом излезе от калта, отива при хората, вече ѝ дават уважение и почитание, седи на трапезата на човеците. Свинята влиза да живее в хората.

В живота всичко, което става, е добро. Понеже ние изхождаме от едно относително гледище, не е добро за мене, но за цялото е добро. Не е хубаво да ядеш една кокошка, да, на кокошката не е хубаво, но на тебе е добро. Кокошката е турена вече да не прави престъпление, тази кокошка е турена на по-добро място – вместо да се мъчи в света, тя ще дойде да живее в тебе. Кокошката нищо не е изгубила, тя печели – тя седне като един синовен син или като един приведен зет.

От гледището на Бога, не е грешно да изядеш една кокошка. Ако една река се влива в друга река, има ли престъпление? Ако по-малката река се влива в по-голямата, ако десет реки се вливат и образуват една голяма река, какво престъпление има тук? Ако човек е изял десет кокошки, животът на кокошките се е излял в неговия живот, какво престъпление има? Живият човек мисли много по-добре, отколкото една кокошка, която ходи и рови. Какво е по-добре: да мислиш добре или да ровиш добре? Най-лошото седи в това, че като изядеш кокошката, наместо кокошката да мисли като тебе, ти започваш да ровиш като кокошката. Всичкото зло седи в това, че след като изядат кокошката, хората не мислят по-хубаво, но ровят по-хубаво – то е лошото. Щом започне кокошката да рови вътре в тебе, ти си влязъл в един по-нисш живот. Следователно, ако кокошката в тебе започне да рови, ти си станал лош. Ако кокошката в тебе започне да мисли, ти си станал добър. Аз похвалявам кокошката, когато страда. Съжалявам човека, когато се радва. Ако ти се радваш на

кокошката, че си я изял, за да ровиш, аз те съжалявам. Ако страдаш, че трябва да учиш, кокошката да мисли като тебе, ако страдаш по този начин, аз те облажавам. Казвам: ти си един умен човек.

Вълкът има право да яде овце, ако иска да стане кротък. И непременно ще стане такъв, защото сега вълкът е много по-кротък, отколкото е бил някога. И хората, които ядат овце и кокошки, ще ви кажат, че те ядат овце, защото искат да станат хубави, ядат и кокошки, защото искат да станат и крилати като ангелите. И имате право да се храните с тях.

Нямам нищо против тази жаба – тя трябва да яде мухи. И защо тя яде мухи? Ще ви кажа. Понеже мухата, като хвърката, живее в едно положение по-високо, то жабата, като има и тя стремеж да хвърчи из въздуха, иска да възприеме вибрациите на мухата, да ги развие и да хвърчи. Защо вълкът яде овце? Той трябва да яде овце, за да стане кротък, защото като ядем добрите работи, ставаме добри.

Някои птици много обичат рибите. Те отиват над моретата и започват да им казват: „Излезте вън от водата, да видите, че има и друг свят около вас!“ Ако ги слушат и излязат от водата, те веднага ги сграбчват и ги изяждат. „Ами, ти нали ни обичаше?“ „Да, обичах ви, но ви изядох, за да ме познаете.“ Сега, да ви обясня защо птиците ядат рибите. За да разберете това, трябва да обясня, защо хората обичат да ядат кокошките. След като човек проповядва на една кокошка да повярва в нещо, той най-после я заколва. Кокошката казва отвътре на човека: „Не ми е дошло още времето за това учение, ти трябваше да ме почакаш малко“. Дали е точно така, не се знае, но обяснението е приблизително вярно. Ако след като рибата влезе в човека и изгуби съзнанието си като риба и повярва в това, което си ѝ проповядвал, има смисъл да се пожертва, но ако след като влезе в човека, тя постоянно си мисли само за водата, тя не се е повдигнала. Тя казва: „Много хубаво е тук, но по-добре е да се върна във водата“.

Бог е едно съзнание, в което всички други съзнания живеят. И Той се стреми да урегулира всички тия съзнания в себе си. Бог иска да ни каже: „Когато се нуждаете от храна, обърнете се към Мене, Аз ще ви задоволя, не я търсете един от друг“. Обаче, щом се нуждаете от храна, наместо да я търсите от Бога и да се обърнете към Него, вие я търсете в курника. Кокошката кречи, кречи, но ти не искаш да знаеш и казваш: „Писано е там, че кокошката е създадена за човека“. Ако Бог живее в една кокошка, ти имаш право да я ядеш. Но има кокошки, в които Господ не живее. Следователно такива кокошки нямаш право да ядеш. В някои животни Господ живее, в някои не живее. Засега Господ живее повече в плодовете. Външната страна на плода е турена като едно облекло, нея имаш право да изядеш. Плодът казва: „Като ме изядеш, семката посей някъде, за да може да се възстанови първото равновесие“.

Според Божествения закон гладният има право навсякъде да яде. Но има ограничения: той няма право да вземе една ябълка от градината, ако няма вода наблизо, да я измие. Като я откъсне, да иде да я измие. Няма право да я изяде, без да си обърне очите да благодари, че Господ е изпратил светлината да направи тази ябълка. Да се знае, че я изял. Всякога, когато не си се молил и си изял един плод, си направил престъпление. Престъпление е, че си ял без позволение.

Ти трябва да разбираш живите закони. Всичкото богатство, и възлицата, мините, всичко това принадлежи на известно общество. Тия страдания на хората защо идват? Те са лихви, които плащат. Хванеш една кокошка, заколиш я. Казваш: „Господ е направил света така“. И после страдаш. Много криво разсъждаваш. Тази кокошка принадлежи на едно общество. Ти трябва да питаш Господа може ли да я заколиш. Ти имаш овца и я стрижеш. Тя принадлежи на друг свят, трябва да питаш имаш ли право да вземеш нещо от нея. А не да постъпиш тъй, както не ти е позволено.

„Не убивай!“ Не коли кокошките, не ги яж. Според новото учение, като вземеш една ябълка, ще я възлюбиш и ще ѝ кажеш: „Обичаш ли да ми дойдеш на гости?“ Ако не обича, не я вземай и не я яж. Ако разбираш закона. Ако чуеш думите: „Аз ще се пожертвам за тебе“, нека дойде, тази ябълка нищо няма да изгуби. Като влезе в тебе, ти ще я насадиш в своята градина. Всяка семка на ябълката ти ще насадиш в своята райска градина и тя ще бъде едно златно дърво в своята мисъл. Ако всичките ябълки, които ти си изял, станат златни дървета в тебе, туй ядене е намясто. Туй трябва да бъде идеята на новото.

Заколиш едно животно, заколи го с Любов. Да му е приятно, че го колиш, то само да си подложи главата, заколи го тогава.

Някои се осланят на думите на Христа: „Ако не ядете плътта Ми и не пиете кръвта Ми, нямате живот“. То е буквално схващане. Може да изядеш една кокошка. Ще я попиташ: „Обичаш ли ме, готова ли си да се жертваш за мене?“ Ако е готова, ако те обича, можеш да я ядеш. Ако я извадиш от курника, без да я питаш, това е една човешка работа.

Когато няма какво да ядете и искате да заколите една кокошка, трябва да я попитате: „Как искаш, двама ли да умрем, или аз да живея, а ти да умреш и тогава да дойдеш да живееш в мен?“ Сега аз ви изнасям една идея, в която не искам да вярвате, но трябва да я опитате. Като я опитате, тогава ще си спомните думите ми. Неопитаните неща не са верни. Опитаните неща пък са факти. Кокошката или агнето, които сте изяли, един ден ще ви станат синове или дъщери – нищо повече. Казвате, че сте изяли една кокошка. Радвам се, че сте я изяли, защото един ден кокошката ще ви стане дъщеря, а агнето – син. По този начин излизат от положението, в което днес се намират и ще минат в по-високо състояние. Това означава стиха, който Христос е казал: „Ако не ядете

плътта Ми и не пиете кръвта Ми, нямате живот в себе си“. Тъй щото, когато един човек изяде едно агне, душата на агнето се слива с душата на този човек и в бъдеще това агне има по-големи възможности за подигането си.

Няма вълк, който като е изял 10 милиона овце, да е останал вълк. Като изяде последната овца от 10-те милиона и тогава вече започва неговата еволюция, да опитва същата история на овцата. Казвам: ако сте вълк и изядете 10 милиона овце, ще станете овца. Тогава ще почне обратният процес – да опитвате историята на овцата. Туй не трябва да го вземате в буквален смисъл, но в широк смисъл, само за изяснение на нещата. Тъй казано, то е само за изяснение.

Животът има няколко фази. Когато семето падне на земята, то е първата фаза, първата стъпка; там са големите страдания, които започват. Това семе ще претърпи цяла една криза. След туй започва вторият процес – никненето. Това е само пътът, по който животът се изявява. След израстването – ще цъфти. Цъфтенето е третата фаза. Четвъртата фаза, това е оплодяването. Има и друга фаза. И най-после иде узряването на плода, това е шестата фаза. Плодът трябва да се опита от някого. И в духовен смисъл, когато някой умре на земята, това е подобно на плода, стига плодът да не е окапал. Когато някой умре на земята, него Бог посреща, както ние посрещаме узрелите плодове, обрани в кошницата, вземаме ги със същата обич. Такова е сега уподоблението. Онзи, който живее на земята, ще каже: „Каква полза има от изяждането на един плод?“ Животът на плода минава в една по-висока сфера. От плода нещо все остава. Именно човек е, който дава. Човекът е най-хубавото условие за плодното дърво да расте. След като си изял един плод, този плод расте у тебе. Ако ти си го изял от Любов, той не е изгубил, той расте.

Яденето е закон на опознаване. Ти не можеш да опознаеш един плод, ако не го изядеш. Следователно, като изядеш плода, ще разбереш обича ли те плодът, или не. Ако ти при-

чини болка в стомаха, този плод не те обича; ако ти донесе радост в стомаха, този плод те обича, ти ще се запознаеш с него. След като те обича, той ще отвори място, ще влезе в мозъка вътре, ще го разведеш в онзи велик свят. Този плод ще започне да се учи в тебе.

Този процес е разговор. Яденето не е нищо друго, освен разговор с тази ябълка. „Да те занеса в приемната стая!“ Разговаряш се. После ще се разговаряш с ябълката в дробовите, най-после горе в светилището, в църквата ще се качиш, и там ще се разговаряш с ябълката. След като изкараш ябълката горе в мозъка, какво ще правиш? На тази ябълка ще ѝ създадеш нова форма, ще ѝ платиш билета и ябълката ще се върне там, откъдето е дошла. Ти като поет ще напишеш цяло едно стихотворение на ябълката. Ще кажеш: „Довиждане, на добър път!“ Отиде си ябълката. И ябълката е доволна, че отива нагоре, и ти си доволен.

Казвам: трябва да образувате в себе си една права мисъл. Една права мисъл създава трите процеса: механическия, органическия и психическия процес. Тия процеси като ги минете, ще създадете нещо в себе си. Всякога една хубава мисъл се създава, когато тия трите процеса или трите свята са свързани като колелото, което се движи. Всички несгоди в живота произтичат, че ние спираме процесите. Щом спрем процесите, животът става еднообразен и тогава нищо не се постига.

Всяка ябълка, която започвате да ядете, то е една целувка. Не само я целувате, но и изяждате. Когато някой път целувате, казвате: „Иде ми да те изям!“ Всеки, който ви целува сега, даже вашите възлюблени, които ви целуват на земята, казват: „Едно време те ядох като ябълката, сега вече имам един закон вътре, не ми е позволено да ям хора, само ще те целуна“. Зад всяка целувка седи цяло едно изяждане. Щом като целунеш един човек, трябва разбираш смисъла: едно време такъв хубав като тебе изяждаха го, опичаха го. Сега не го пекат, но го целуват. Целувката показва, че човек е

прогресирал от онова състояние на миналото. Целувката е дошла в една нова форма. Или да кажа по-ясно: ако човек е изменил своя живот и своите постъпки, значи Бог е влял вече разумност. Защото докато не влезе в човека тази разумност, туй, Божественото, в човека, той много мъчно може да се примири със самия живот.

Било е време, когато хората не са знаели какво нещо е Любовта. Вълкът, като възлюби една овца, изяжда я. Детето, като възлюби една ябълка, изяжда я. Паякът, като възлюби една муха, изяжда я. Първото правило на Любовта: щом те възлюби някой, изяжда те. Силният всякога изяжда слабия. Той сам изяжда слабия, пък слабите колективно ядат силния.

Всички хубави работи се ядат, а пък всички лоши работи не се ядат. Ти ядеш една кокошка, защото я обичаш, нищо повече! Защото яденето на месо е любов. Какво има, че си изял този, когото обичаш? И всички хора не могат да живеят помежду си, защото се обичат. Щом се обикнат, хората вече не могат да живеят добре. Защото в любовта всеки иска да изяде другия. Като дойде Христос на земята, той знаеше това и каза: „Ако не ядете плътта Ми и не пиете кръвта Ми, нямате живот в себе си“. Той не каза: „Който Ми изяде главата, няма да види бял ден“, но каза: „Който не Ме яде, няма да има живот вечен. И горко на онзи, който не Ме изяде!“ Това е по отношение на човешкото съзнание.

Ние, хората на физическия свят, представяме стомахът на Битието, на Космоса. Опасността, грехът е в нас. Защото всички хора мислят само за ядене и пиене. Те разбират живота много повърхностно. Всички учени хора, каквито и да са те, първо мислят за ядене. Когато писателят пише, той първо мисли да напише нещо хубаво, че повече да се харчи. Един проповедник мисли да проповядва хубаво, да се хареса, за да идват повече хора. Като наблюдавате хората, ще видите, че във всички се крие едно тънко користолюбие. Те все за Бога говорят, но зад тази идея за Бога се крие нещо друго. Ние

не го искаме, не го съзнаваме, но има нещо подобно. Искате да говорите хубаво, искате да рисувате хубаво, искате да играете хубаво – във всичко искате да се харесате. И в играта искате да се харесате. Всички неща са така направени, в тях няма нещо духовно. Във всички неща на земята все седи на първо място парата, или някакъв интерес. Пък и зад всяка идеална постъпка, пак седи човешкото. Защо? Защото влияе в стомаха на Битието.

Сега, както хората вярват, всичко това има користолюбива цел. Не е безкористно. Ако аз изядам кокошката от любов, то е от любов, но не към кокошката, а към себе си. Първо съм аз, и после кокошката. А пък в истинската Любов не е така. Някой път ето как може да се справи човек. Отивам при кокошката, тя ми казва: „Не ме изяждай! Скоро ще снеса едно яйце, изяж яйцето вместо мене.“ И тогаз аз отстъпвам и вместо кокошката изяждам яйцето. Отивах при някое плодно дърво. И щом поискаш да отсечеш ябълката, тя казва: „Не ме отсичай, аз през годината ще ти дам много плод да ядеш“. Остави това дърво, не го сечи!

Аз срещам една кокошка и ѝ казвам: „Много те обичам“. Че аз, щом я обичам, ще я изям. Тя казва: „Не желая тъй да ме обичаш“. Сега вие мислите, че от Бога е дадено да изям кокошката. Не зная, там е казано: да се завладеят животните. Но дали може да изядеш кокошката, не зная. Само един човек е казал, че трябва да го изядат, но той е Христос. И той е най-разумният. Той казва: „Ако не ядете плътта Ми и не пиете кръвта Ми ...“. Коя кокошка е казала: „Ако не ме ядете, нямате живот в себе си“?

Най-първо животните са търсили своята храна чрез пипане, то е най-простият метод. Но понеже са го намерили много непрактичен, те са го заменили. След това те са намирали своята храна чрез вкусване, чрез помирисване, чрез вслушване и най-после са дошли до виждането. Най-практичният метод е виждането. Следователно, когато вие искате да гле-

дате, вие имате предвид нещо близо до вашето сърце, или близо до вашия ум. Вземете първичната дълбока причина, която е заложена в съзнанието.

Първият въпрос е: да любиш, или да те любят. И тогава ще определите кога се е появило в съзнанието желанието „да любиш“. И кога се е явило в съзнанието желанието „да те любят“. Направете един прост опит, той е следният: вземете една хубава череша. Направете опита, когато сте сит. Най-първо вие искате да я държите, обичате я, но колкото повече у вас идва гладът, във вашето съзнание се губи нейната красота и ще се роди желание да я изядете. Забележете главните промени, които стават в съзнанието. Череша има, направете този опит. Вземете една или пет хубави череша, но да сте сити, нека седят. Вижте как ще дойде желанието да ги изядете. Значи сте достигнали в съзнанието желанието да те любят. Ще кажете на черешата: „Досега аз те любих, пък от сега нататък ти ще ме любиш“. Онзи, който люби, ще бъде погълнат. По-малките изяждат по-големите. Всякога е тъй в света. Не голямото е силно, а малкото.

Въпросът е как трябва да обичаме. Христос е разрешил този въпрос малко другояче. Досега всички, които са обичали, са изяждали тези, които са били обичани от тях. Така е било в старата любов. А пък Христос, като дойде на земята, в новата Любов казва: Аз обичам другите не за да ги изям, но Аз, като ги обичам, искам те да Ме изядат. Значи, обратното става. Следователно ако ти, като обичаш другите хора, искаш да ги изядеш, ти искаш старата любов, в която стават всички престъпления. Новата Любов седи в това: като обичаш някого, той да те изяде. И в това изяждане се раждат всички добрини в света. И върху това се гради всичко. Ако тебе не те изяждат, ти не си в новата Любов, а като те изяждат, доброто се ражда тогава. Когато те изядат хората, тогава ти ще изградиш доброто. След като хората изядат Христос, той ще влезне в тях и ще ги научи как да любят. Ако ти ги изядеш, те ще те научат каквото те знаят. Ако изядеш една

кокошка, тя ще те научи да ровиш, ако изядеш една свиня, тя ще те научи също да ровиш. Свинята с муцуната си се е предала на ровене в земята. Та и всички вие се занимавате с ровене навсякъде. Защото свинята рови с носа си – муцуната си, а муцуната е израз на човешката интелигентност, на неговата мисъл.

Сега няма какво да се противим. Вие се обезсърчавате, но и вие имате ролята на брашното в чувала. Казвате: „Какво ще излезе от мен – брашно съм“. Ще дойде един майстор, ще извади това брашно, ще го тури в нощвите, ще стопли вода, ще тури във водата брашното, ще замеси тия частици, ще направи хляб и ще извади най-хубавата погача. От туй брашно, което сте сега, Господ ще извади най-хубавата пита. Искате-не искате, хич няма да ви пита.

Казвате: „Свободен съм“. Свободата е относително нещо. Един ден Господ ще дойде, ще развърже чувала, ще донесе вода и ще замеси брашното и ще го тури в пещта. Ще дойдат онези, които знаят да ядат, и ще имате опитността на ябълката, на сливата, на крушата. Тия същества, които ще ви ядат, ще бъдат ангели, в ангелската уста ще ви съдвчат малко. Аз ви облажавам, ако всинца можете да станете такъв хляб за ядене! Моите уважения и почит към всички вас, които могат да станат такива пресни погачи. Имайте вяра в Онзи, Който е промислил, Който е направил Слънцето да ви свети, да ви помага, Който е направил звездите и цялата природа. Той е промислил нещо хубаво за вас.

ВИНО

И дяволът си има своя кухня. Господ направи водата, а дяволът направи виното. Господ направи водата, а дяволът направи спиртните питиета, разните абсенти и коняци. Много произведения има от дявола. Сега аз говоря за дявола почтено, като за учен човек. Дяволът казва: „Не е само Господ, който може да прави някои работи. Той създаде само водата,

а аз мога да направя ред спиртни напитки. В това отношение аз съм по-голям майстор от Господа. Водата, която Господ е направил, служи само за разхлаждане на хората, а напитките, които аз правя, служат още и за веселие. Като пият от моите напитки, хората ще придобият вдъхновение. Не само Господ може да прави много работи, но и аз мога да правя. Тъй щото, имайте вяра и в мене.“

Съвременната наука и животът ме интересуват, и при всички противоречия, които срещам, аз пак намирам много полезни работи. Аз се възхищавам много повече от едно босо дете, отколкото от едно богато и добре облечено. Това бедно дете е отлично, защото с него може да се разговаряш, то е скромно. В облеченото дете има външни форми, неискрени, чрез които то иска да покаже, че не е просто. Срещам един пиян човек, който се е напил много. Той ми се извинява и казва: „Извинете, господине, аз съм магаре, понапил съм се добре“. Казвам му: „Ти не си магаре, защото магарето не пие, но си откровен човек, за което те и уважавам“. Понякога човек, като се напие, може да стане буржоа, защото работният човек никога не се напива. Всички пияници са буржоа.

Преди повече от 15 години бях в Новопазарско, там имаше един евангелист, грък, цял ден четеше Евангелието и го тълкува, а е кръчмар в селото и продава ракия, но е толкова съвестен, че като дойде някой, казва: „Слушай, аз не искам да се напиваш, трябва малко да пиеш“. Питат го: „Защо тогава продаваш ракия?“ „Само така мога да ви намеря“, отговаря им той.

Не могат да се подмладят онези, които ядат месо, пушат и пият.

На окултния ученик не е позволено да пие алкохол, бира, боза, лимонади. В редки случаи, при болен стомах може да пие чисто домашно вино по една малка чаша.

Салициловата киселина, с която пресичат виното, не е добра, отровна е.

Като казваш на нетрезвия да пие вода, той казва: „Винцето е създадено от Бога за нас, а водата е за жабите“. (...) Можете ли да ми докажете, че Господ е създал виното? Аз знам, че водата е от Бога, а виното е от хората. Господ е създал гроздето, а виното е ваше. Следователно вие декламирате, а не мислите. И тогава ще вземат това вино, ще го направят да стане „Христова кръв“. Но виното, което трябва да изтича из нашия език, то е разумното слово.

Попитайте някой от съвременните богати хора по колко пъти на ден трябва да яде. Той ще ви каже, че трябва най-малко по три пъти на ден да се яде: по една печена кокошка и при това по едно кило винце отгоре, защото печената кокошка без винце не върви. „Ами защо Господ е създал винцето?“ Туй е заблуждение! Господ не е създал винцето. Гроздето – да, донякъде това е право, Господ го е създал, но винцето – не. И печената кокошка не я пекъл Господ.

Между водата и виното има известна връзка. Виното е станало от сладката вода на гроздето. Казва се, че Христос превърнал водата във вино. Това не се разбира буквално. В превръщането на водата във вино има известен мистицизъм, който трябва да се разбира. Виното, което Христос е направил, е било особено. Такова вино си струва да се пие. Днес не може да се намери човек, който да превърне водата във вино, както е направил Христос преди 2 000 години.

Досега вие сте вземали причастие, но не знаете каква емблема представлява от себе си виното. (...) Виното трябва да влезе да разхлади живота. То има голяма сила, но понеже съвременните хора не са приготвени предварително, се възбуждат от него – те нямат такъв организъм, за да го използват. Когато виното влезе в шишето и почне да ферментира, шишето се пуква.

Ако виното беше необходимост за човека, природата щеше да го достави. Водата чисти организма, а виното внася утайки, от които човек трябва да се чисти, за да влезе Божествената енергия в него. Тази енергия влиза през мозъка, през сърцето и през тялото. Влезе ли тази енергия в тялото на човека, тя започва да го преустройва.

Един религиозен човек отишъл при свещеника да се изповяда: „Отче, не зная какво да правя, как да си въздействам. От известно време нещо в мене постоянно иска да пие вино. Каквата работа и да имам, нещо в мене настоятелно казва: „Винце, винце искам!“ Свещеникът бил разумен човек, понавал психологията на човека, затова му казал: „Щом ти се пие винце, пийни малко“.

Ще кажете, че е опасно да пие човек вино, да не стане пияница. Няма нищо опасно в това, защото още в този момент в него ще се явят много противодействащи сили. В него ще се явят различни желания и той ще започне да мисли. Който мисли, той не може да стане пияница. Щом пие вино, човек може да пие и вода; като пие вода, той може да пие и вино.

Вие виждате в себе си известни погрешки, които не са ваши. Вие искате да ги затулите пред себе си. Тези погрешки не са ваши, затова не трябва да ги затуляте. Един млад българин ми разправяше своята опитност. Той разправяше как станал въздържател. Той казваше: „Баща ми стана причина да стана въздържател. Той се напиваше по три пъти в седмицата и през това време биеше майка ми.“ Той се потресъл така, че решил в себе си никога нищо да не пие. И оттогава той станал въздържател.

Ако е за предпочитане, по-добре е да се изяде една кокошка печена, отколкото да се изпие едно кило вино.

Ние не сме против огъня, но поддържаме идеята, че огънят трябва да е без дим, без пушек. „Възможно ли е това?“

Ако днес не е възможно, в бъдеще ще е възможно. Това значи да дойдем до електрическата енергия. Само електрическата енергия може да даде огън без дим. Тъй щото, когато искате да забраните на някого да пуши, дайте му една по-висока идея от обикновената. Кажете му, че той може да пуши, но нека намери такъв тютюн, който да не дава дим и да не съдържа в себе си някакво наркотично вещество. Като кажете така, в този човек ще се събуди нова мисъл и той ще започне да мисли.

Пиянството си има свой произход. Причината за пиянството е в човешките чувства – вие блокирате или възпирате чувствата на човека, който иска да се прояви. Когато някой човек има какъв и да е идеал, или какъв и да е порив и вие спрете проявата на тези чувства в него, тогава се явяват три порива в този човек. Първият порив е, че в този човек ще се яви желание да разкъса това препятствие, ще иска да се бие. Вторият порив ще бъде нахлуване на силна скръб. Третият порив ще бъде желанието му да пие, да се напие. Турете човека в естественото му положение и пиянството ще изчезне. Следователно пиянството е явление, което се предизвиква вследствие подпушване на човешките чувства.

Ако някой млад момък се влюби в някоя мома и подпушат чувствата му, в него се явява желание да пие. Лекарите лекуват пиянството с разни лекарства, но най-доброто средство в случая е да се замести това чувство или желание за пиене с някакво по-силно, по-високо чувство. Винаги силните чувства в човека заместват слабо проявените чувства. Пиянството не е от най-силните чувства.

Непостигнатите желания в света, туй, което не може да се постигне, това е заведението на кръчмаря. Ти ще пиеш и ще плащаш. В това отношение интересно е, че онзи, който учи хората да пият, той сам е трезв. Кръчмарят е най-трезв от всички, той никога не може да бъде пияница вътре в своето заведение, той е образец на трезвеността! Той казва: „Драгана, не пий толкова, една чаша е достатъчна!“

На този името му е Драган, защото Иван никога не може да пие. Иван постник може да стане и главата на човека може да отсече, отреже, но пияница никога не може да стане! И да ви кажа защо не може да стане пияница. За да образуваш ти това, което може да опие човек, ти трябва да спреш движението у него. Това, което опива, ти трябва да го туриш в бъчва, то не трябва да тече постоянно, ти трябва да го ограничиш и то добива свойство да опива. Значи в Ивана има нещо, което постоянно тече. В света има ли някоя чешма, която опива хората? Виното не може да стане чешма. Всичко можеш да направиш, но да направиш чешма от вино да тече – никога! И никой не се е опитвал да направи от вино чешма. От бъчва можеш да направиш да тече, но не от чешма.

Защо сега човек иска да пийне ракийца, абсент, коняк, вермут? Туй казва: „за аператив“. Какво ще му донесе? Всичките тия напитки, които съвременната култура има, за вбъдеще ще имат много лоши последствия в раждането на бъдещите поколения. Има хора, които се израждат. Сегашният свят страда от пиенето на много вино. За бъдещите поколения ще бъде лошо. Защото човек трябва да знае как да пие виното. Казвам: ние разглеждаме един въпрос, не за да съдим. Ние разглеждаме само закона.

Ако във вас бърните са много тънки, туй показва, че вашата симпатична нервна система е слабо развита. Следователно може да се яви недоимък. Такива хора са сприхави, нервни, обичат да се дразнят, ще бъдат сухички. А пък ако са много дебели бърните, тогава обичат да си угаждат, да си похапват и да си попияват. Всички онези, които обичат да пият, бърните им са дебели. Има желаня, които произтичат от симпатичната нервна система.

Казвам: един пияница може да го отучиш да пие, но трябва да знаеш как. Може да се направи един опит, но се изисква дълго време. Трябва да пипнеш горната и долната бърни по известен начин, полека-лека ще се отучи. Ще събудиш в него

нормалното желание да пие вода, а не да пие ракия или вино. Или пък аз бих излекувал един, който обича да пие вино – досега не съм казвал туй лекарство, ще ви го кажа, но вие да не го давате никому. Имате някой, който обича да пие вино, искате да го лекувате – когато спи, вземете една гъбичка и му наквасете с вода устните. Цяла година като мажете, в него ще се възстанови първичният стремеж да пие вода, не вино. Той като е започнал да пие вино, е забравил вкуса на водата. Следователно, ако прекарате през неговите устни водата, ще се зароди желание да пие вода. Може със себе си някой път да направите опита: ако ви се пие винце, вземете гъбичка, прекарайте гъбичката с вода по устните, да видите влиянието какво е. Някои болни, които страдат, намазват с вода устните си.

Как може да се лекува пиянството? Заставете пияницата да изпива на ден по 2–3 литра вода и той ще се излекува. В процеса на лекуването си той трябва да започне от най-малкото количество вода и постепенно да увеличава: първия ден да изпие една чаша вода, втория ден – 2 чаши, третия ден – 3 чаши, после – 4, 5, 6 чаши, докато достигне до 1520 чаши на ден. Ако изпълнява тези наставления, в скоро време той ще се откаже от употребата на спиртни питиета. Когато пияницата обикне водата, той ще престане да пие вино и ракия.

Някои питат, защо хората не приемат истината. Вкусът им е изопачен. Направи една кръчма, вода да продаваш, никой няма да дойде, много малко хора ще дойдат. Казват: „Така е определено. Така трябва да стане.“ Когато един човек пие вино, аз не го осъждам, казвам: „Този човек е комедия“. Той мисли, че като пие вино, ще придобие нещо. Аз го виждам, че той ще изгуби и туй, което има. Защото в комедията винаги кръчмарят печели, клиентите винаги губят. В драмата е вече въздържанието. Отде произтичат страданията? Щом речеш да бъдеш въздържател, понеже имаш един навик, гледаш чашата, мъчиш се да не пийнеш. Въздържаш се, то е драмата.

Когато съвършено се откажеш от пианството, то е трагедията. Когато се откажеш от всички лош живот на земята, то е голямата трагедия, която ще те постигне един ден. Когато забравиш престъпленията, ще изчезнеш от земята.

Уповавайте на онова, което Бог е вложил във вас. Бъдете весели в комедията на живота, в навиците, които сте образували. Бъдете весели и в драмата, че като гледате нещата, пак да се смеете. Как искаш да пиеш? Аз съм давал един пример за един, който изхарчил всичкото си богатство и най-последно станал въздържател. Чел Евангелието и разбрал, че трябва да се живее трезвен живот. Пияниците няма да наследят Царството Божие. Искал да си даде на себе си един урок. Отива в кръчмата и казва: „Дай едно кило вино! Дай ми една чаша с вода! Напълни още една чаша с вино!“ Той дигне чашата с вино, тури я до устата и пак я остави на масата. Отвътре нещо иска винце. Той казва: „Слушай, аз 30 години те слушах и изпълнявах всички твои заповеди. Сега ти ще ме слушаш, вино няма да пиеш!“ Взема чашата с водата и пие. Онзи отвътре казва: „Винце!“ Пак дигне чашата с вино и каже: „30 години тебе те слушах, сега ти ще ме слушаш!“ Дига чашата с вода, изпива я, плаща за виното, оставя го и си отива. Съвършил с въпроса.

Щом човек пие вино или ракия, става проводник на духове, на неразумни същества. Всяка мисъл, която обърква ума ви, всяко желание, което обърква сърцето и всяка постъпка, която обърква волята ви, да не ядете от тях, да не ги употребявате. Тъмна мисъл да не приемате, тъмно желание и тъмна постъпка – също.

Когато ти говори един дух, той не говори на тебе, а на другите. Той не те вижда. Той говори на духовете около тебе. Някой път духовете във вас се карат. Понеже от онзи свят мнозина пращат. Пратят един, втори, трети, четвърти и прочее. И те спорят кой да влезе по-напред. А пък ти, като

не разбираш закона, намесваш се в работата на духовете. И който се намеси в работата на духовете, плаща. Някой дух казва: „Ти защо си дошъл? Ти си от черните.“ А пък друг казва: „Ти си от белите“. Те като говорят един на друг: „Ти си от белите“, ти мислиш, че ти си от белите. И като говорят един на друг: „Ти си от черните“, ти мислиш, че ти си от черните. А пък ти нито си бял, нито черен. Те духовете се разправят помежду си.

Та, мнозина от вас сте влезли в тази област. Някои казват: „Има нещо лошо в мен, което говори“. Казвам: когато духовете се разправят в тебе, ти си мълчи. Да не те знаят. Те се карат, спорят. И като се примирят, като дойде черният, ще каже: „Нямаш ли малко винце? Винце от малага, френско.“ Някой българин ще дойде и ще каже: „Нямаш ли 20-годишно вино?“ Или ще ти каже духът: „Ти трябва да живееш, какво си пожълтял така? Ти не живееш добре. И скоро ще платиш, ще заминеш за другия свят. Заколи една кокошка и направи супа с ориз и лимон и като ядеш, да станеш малко червен и хората да видят, че човек си станал.“ Другият, като дойде, ще даде друга диета. Той е вегетарианец и ще ти каже: „Ти не яж това. Ти яж хубави плодове, ябълки, круши, хубави череши, после банани, портокали.“ И после ще каже: „Без масло! Нещата ще ги вземаш така, както са готови. Доматите няма да ги готвиш. Така ще ги ядеш. Ще ги измиеш малко и ще ги ядеш. Този хляб няма да го ядеш. Няма да мелиш жито на воденица. Ще свариш житото хубаво и ще го ядеш.“ Ти, ако си чиновник, нямаш време. Кога ще го вариш? За да свариш житото както трябва, трябва 45 часа. При тези новите тенджери, затворени херметически, с високо налягане, може да се свари за половин час. Или вечерно време трябва да го туриш да ври.

Ти слушаш и не знаеш какво да правиш. Това са желания на духовете. Ако дойдат духовете, които живеят в дърветата, ще кажат: „Слушай, ти ще посееш семката в земята“. Други ще дойдат и ще кажат: „Това жито ще го смелиш и ще го продадеш.“

Ще дойдат други и ще те учат на друго; други ще дойдат и ще ти кажат: „Не само с хляб ще живееш!“ Може ли човек и без храна? Може, разбира се. Не е този единственият начин, по който ние живеем сега.

Лошите желания всякога са по-плътни. Дойде някое желание в тебе, помрачи ума ти. Дойде някое желание и онзи импулс, който имаш за работа, веднага като че се пресече нещо. Тогава трябва да знаете законите, за да може да се освобождавате. В света внушенията влияят. Онези, които са заминали за другия свят, вашите деди и прадеди, те като дойдат, може да ви върнат назад, да ви убедят да живеете един стар живот. Ако имате един ваш стар дядо, който обича да пие винце, той като дойде, ще каже: „Я, пийни ти винце, почерпи се, почерпи и мене!“ Днес го почерпиш, утре, станеш пияница. Той не пие, той е трезвен. Той хич не знае, че стомах няма. Ти като пиеш, той се радва.

Щом човек е здрав, той ще може лесно да се освободи с положителната си мисъл от внушенията на тези, които са му внушили, че е болен, и от внушенията на онези грешни души, които са заминали за онзи свят, но като грешни не са могли да отидат далече от земята, а остават да се движат между небето и земята, в състояние на пихтия, като лесно се вмъкват в телата на хората. Някои медиумични хора изпадат често под тяхно влияние и действат така, както тези грешни души им диктуват.

Такива души някои наричат вампири.

Лошите духове, които са те обсебили, могат да излязат с пост, молитва, сила и знание.

Ако някой е обсебен от лоши духове, молитвата и обратните паси са спасението.

Духовете ги е страх от глада. Духовете не обичат да гла-

дуват. Затова, за да се избавите от тях, ако са ви нападнали, ще гладувате.

За първия човек Библията говори само така: „И направи Бог човека по образ и подобие Свое“. Тя е била една великолейна картина, когато боговете са живели. Царството Божие е било тогава на земята. След туй станало нещо, станало едно падение на тия възвишени същества. Кой са били причините, не се знае.

Знае се, но няма какво да ви описвам на вас. Може да ви кажа защо двама мъже се карат за една жена и може да ви обясня защо две жени се карат за един мъж, но какво ще ви ползва? Може да ви обясня защо човек пие вино, има си причини. Без причини не може. Виното всякога човек започва да го пие от безлюбие. Всеки, който се разочарова в любовта, става пияница. Всеки, който приеме Любовта, става трезвеник. Трезвеност без Любов не може. Сега проповядват въздържание. Въздържанието трябва да дойде до причината. Трябва да се вложи Любов в човешката душа и човек ще бъде трезвен. Във вегетарианството е същият закон. За да бъде човек въздържател, или за да бъде вегетарианец, или плодоядец, непременно трябва да има Любов. Тази именно Любов е, която ще достави тези хранителни материали, вещества, които са необходими. Любовта представя най-хубавата храна. Дълговечният живот зависи от Любовта. Най-късият живот зависи от надеждата. Като изгубиш Любовта, влезеш във вярата. Като изгубиш вярата, слизаш до надеждата. Като слезеш до надеждата, то е най-ниското. Всички същества, и най-малките, започнаха с надеждата, качиха се във вярата и дойдоха до Любовта.

Има един закон, няма да се мине много, ще го опитате. Вие още не сте опитали закона. Ще дойде един ангел с меч си, ще похлопа, казва: „Арестуван си“. Речеш да се съпротивиш, забие ножа в гърдите. На сутринта казват: „Имал разрыв на сърцето“. Онзи дошъл от невидимия свят и казва:

„Ще дойдеш горе, викат те“. Хване те за косата или за врата. Или пък да ви го кажа научно: след като го мушне, от тази дупка излиза душата, тури едно шише, човекът влезе в шишето, запуши го със запушалка, занесе го в оня свят. Като го занесе в оня свят, казва: „Дръжте го!“ И както химиците правят, ще го извадят от шишето, ще направят съединение, ще направят едно тяло, ще кажат: „Защо пи вино? Какви бяха причините да пиеш вино?“ Ние, казват, създадохме водата, най-хубавото, защо пихте от другото вино? Кой ви позволи? Закон има, че без вода не може – който се откаже от водата, умира. Ние турихме мокрия режим. Защото в духовния свят да се пие вода е мокър режим, да се пие вино е сух режим. След като пиеш вино, запалва се твоята жажда, ни най-малко не се утолява жаждата ти.

Престъплението е там, че виното не е направено от Бога. То е изобретение на човека. Човек взел Божественото вино, направил го червено. Лъже и казва: „Аз го направих!“ Там е лъжата. Той сам нека направи вино, да не взима от Божественото вино да го продава за свое.

Всяко нещо, което спъва прогреса на човешкия ум, е неморално. Всяко нещо, което спъва човешкия живот, е неморално. Всяко нещо, което спъва човешката сила – силата в добрия смисъл – е неморално. Всяко нещо, което те спъва да се проявиш като човек, е неморално. Ти в живота си трябва да седиш настрана от ония неща, които те спъват. Нещата при тебе няма да дойдат, а ти отиваш при тях някой път. Бъчвата не отива при пияницата, но пияницата отива при бъчвата. Кръчмарят ли отива при пияницата или пияницата при кръчмаря? Не ходи в кръчмата, нищо повече!

„Няма да прием, ще изпълним Божия закон, в нас има воля, воля, воля! Ние сме живи същества, не сме роби, ще служим на Бога!“

ОТКАЗЪТ

Не е лесно да се отучат хората от лъжата. Единственото нещо, с което природата сега се занимава, най-трудният въпрос за разрешаване не е убийството, не е развратът, а лъжата. От всички други пороци ще се освободи човек, когато се освободи от лъжата. От лъжата започват престъпленията. Лъжата е начало на всички грехове. За да убиеш един човек, ти трябва да си крайно користолюбив. Ти убиваш една кокошка и казваш, че нейното месо ти е необходимо, че ако тя не умре, ти ще умреш. Казваш: „По-добре тя да умре, аз да живея“. Така и канибалите мислят.

Вие още не сте изучавали онези тънки постъпки, които съществуват в сегашната култура. Косите на човека ще побелеят моментално от ужас, ако види колко фино сега хората се самоизяждат един друг. Това са крайните, лошите резултати от лъжата. Всички ние страдаме, защото несъзнателно усещаме една тежка атмосфера, която ни потиска. Понякога се мъчим, страдаме и мислим, че няма никаква причина за това. А това е лъжата вътре, която ни мъчи. Страшно нещо е това! Най-голямата отрова, която съществува в света, това е лъжата.

Как може да се отучи един вълк да яде овце? Измислил съм нещо: ще направя една изкуствена овца от кълцани вегетариански кюфтета, хубава овца. И тя да се движи механически. Ще ѝ туря и козина отгоре. Той ще я яде по стар начин, но след като я изяде, след половин час ще я повърне. И всичко ще повърне. Три пъти като му дам да яде от тези овце, аз ще му кажа: „Яж!“ Но той ще каже: „Не искам вече!“

Този е законът, който идва сега. Трябва да дойдат хората до отвращение. Трябва да се отвратим от старите погрешки, понеже те ни причиняват хиляди страдания.

Когато се храни с месо, човек приема от животните такива неестествени енергии и елементи в своя организъм, за осво-

бождаването от които се изискват стотици и хиляди години чист живот.

Причината за болестите на хората се дължи именно на отровите от месната храна. За да се изчисти кръвта на човека от тези месни отрови по естествен път, изискват се най-малко 10 поколения чист живот. Има методи за бързо пречистване на кръвта, но те се дават на малцина, само на ония, които са готови да поставят живота си за служба на Бога.

Храната на човека напълно се определя от неговите мисли и чувства. Каквито са неговите мисли и чувства, такава ще бъде и неговата храна. Следователно вие не можете да измените храната си, ако не измените вашите мисли и чувства. Не само по форма, но съществено. Ако не измените мислите и чувствата си, вие не можете да измените и храната си. Щом не можете да измените храната си, вие не можете да измените и своя живот.

Всички хора, които ядат месо, се стремят към центъра на земята.

Всеки, който се стреми към слънцето, той е плодоядец или вегетарианец.

Хората на тъмнината могат да ядат каквото искат, но хората на светлината нямат право да ядат каквото искат.

Мнозина мислят, че и да ядат месо, могат да бъдат духовни, морални. Вълкът същото ще каже: аз ще ям овце и пак ще бъде добър.

Началото на духовния живот е вегетарианството. То е начало и на възпитанието, защото духовният живот изключва насилието. Никой не би могъл да бъде духовен, ако не е вегетарианец.

Когато се говори, че трябва да се възпитава човек, че трябва да се съгражда характерът му, вие не може да възпитате себе си, не може да съграждате себе си без музикална мисъл. Може да го вземете в буквален смисъл, и в преносен смисъл. И в двата смисъла е вярно. Всяка една мисъл ще предизвика един стремеж да възприемеш известна храна. Обичането на сладките работи, на киселите работи, на ябълка, круша, яйца, боб, картофи, всичко това се предизвиква от известни мисли и желания. Каквито са мислите и желанията, такава е и съответната храна. Следователно, ако човек има една обширна, разнообразна мисъл, той ще предизвика в себе си приемането на най-хубавата храна. Според мисълта ще му бъде и храната. Според храната ще бъде неговият мозък и неговото тяло. На това се основава бъдещата хигиена или бъдещата диета. В добрия живот трябва да се започне с добрата мисъл. От това ще зависи храната. Защото не може да се храни един човек с една храна, ако няма вкус към нея.

Господ учи хората и духовете да не ядат месо. Когато престанат да ядат месо, няма да има смърт на света.

Дървото на познание на доброто и злото е месоядната храна. Кой не трябва да яде месо? Вълкът да яде месо, разбирам, но на овцата да даваш месо, не разбирам. Та сега за вас кое е по-хубавото? Да правите погрешки, това е по-лесна храна. А пък да живеете по закона на Любовта, това е вегетарианство. Според мене всеки човек, който живее добре, е вегетарианец. А пък всеки човек, който не живее добре, е месоядец.

Ако човек иска да има чист и добър живот, той трябва да напусне месоядството по дълбоки вътрешни убеждения за вредата от тази храна и от морално убеждение – да не отнема живота, който не може сам да създаде.

Който не може да се откаже от месната храна, той не може да се освободи от злото. Който не е влязъл в причинния

свят, той не е истински вегетарианец. Пълнен вегетарианец може да бъде онзи, чиито деди и прадеди от четири поколения насам са били вегетарианци.

Човек не само че трябва да се откаже от месната храна, но и да се откаже от някои пороци и лоши привички. Да се откаже от известни чувства, които са много плътни, известни чувствания, с които ако продължава да се храни, ще си развали характера. И умът трябва да се храни с чисти мисли. И сърцето трябва да се храни с благородни чувства. С каквото човек се храни, такъв става.

Каква полза, че сте вегетарианци, не ядете месо, а не сте изменили вашите мисли и чувства? Не само по форма, но по същество, вие, щом не измените храната си, мислите и чувствата си, не може да измените и живота си.

Истинският вегетарианец трябва да се храни освен с чиста храна, още и с чисти мисли, чувства и постъпки.

Всеки, който пристъпва великите закони на Любовта, Мъдростта и Истината, е месоядец. Месоядец е всеки, който не изпълнява Божия закон.

За да бъде човек плодоядец или вегетарианец, непременно трябва да има Любов. Тази именно Любов ще достави хранителните вещества, които са необходими за организма. Любовта е най-хубавата храна. Дълговечният живот зависи от Любовта.

Човек без Любов вегетарианец не може да стане. Без Любов е винаги месоядец.

Въпросът за месоядството не е само за земята, той съществува и в духовния свят, дето има напреднали същества, ангели, които някога са паднали, и днес като месоядни, изсмукват

соковете на хората. Някой е вегетарианец, но същевременно дава пари под лихва. Той не трови кръвта си като месоядеца, но трови душата си.

Някой е вегетарианец на физическия свят, води чист живот, но в духовния свят е пълен месоядец – той е тщеславен, горд, подозира всички. Всяка храна, която оставя много излишъци в организма и мъчно се асимилира, било физическа, било духовна, е неподходяща.

Коя е месната храна? Ти кажеш една обидна дума – това е месна храна. Ако думата ти е сладка, това е вегетарианска, плодна храна. Казва: „Аз съм вегетарианец“. Вегетарианството, плодоядството е в трите свята: в духовния свят, в Божествения и във физическия. И в Божествения свят има месце. Мислите ли, че вие, когато искате да накажете един човек, от чисто Божествено гледище това не е месна храна?

Човек трябва да стане вегетарианец във физическо, в умствено и в духовно отношение. Някой може да е вегетарианец във физическо отношение, обаче в мисълта и в обноските си да не е. И по чувства, и по мисли трябва да се върви паралелно с вегетарианството. Ако има дори една разрушителна мисъл или едно разрушително желание, то е месоядство. Необходимо е една нова философия на вегетарианството.

Ако вие, които сте вегетарианци, искате да ядете месна храна, вас ви очаква смърт. Законът е почти същият, когато някой месоядец искат да го направят вегетарианец – той ще претърпи същото нещо. Не е лесна работа да станеш вегетарианец. Трябва да има едно преходно положение в храната.

Опасността от вегетарианството за някои хора се заключава в това, че те имат животински подтици, а искат да живеят по човешки. У такива хора се явява известно стълкновение в стомаха и те казват: не ни понася нещо вегетарианството.

Човек трябва да бъде вегетарианец по убеждение. Тогава той ще може да асимилира правилно храната, която приема.

Добро е желанието у някои хора да станат вегетарианци, но у тях трябва да се зароди мисълта никога да не ядат месо – нищо повече.

Лятно време беше, минаваме през една градина, маси сложени и там пържоли има и той въздъхна. Мисли си: какво беше едно време! Аз пък каква философия имам: аз гледам по-скоро да минем, че ми мирише, а той въздъхна.

Като говоря за естествена храна, аз нямам намерение да ви налагам моето разбиране за храненето, но обръщам вниманието ви да употребявате такава храна, каквато обичате и която организъмът ви понася. Какъв смисъл има някой да стане вегетарианец и постоянно да поглежда към месото, да съжалява, че е се отказал от него? За предпочитане е да остане месоядец, отколкото да бъде вегетарианец и да се измъчва. Когато промените режима на храненето и на живота си, правете опити, да видите как ще се отрази промяната. Ако се отрази добре на организма ви, следвайте я. В противен случай върнете се към стария начин на живот и на хранене. (...) Човек трябва да прибягва само до такъв режим в живота си, който може да внесе известно подобрене в нервната система.

Свинското месо може да го ядете само за цял. Здравите да не ядат свинско месо. Болните може да ядат и овце, и пилешко, и яйца да ядат. Аз считам за вегетарианци тези, не които седят пред мене и не ядат, но които нямат желание да го ядат, не им е естествено да се хранят с месо. Месната храна е много нечиста. Тези, на които им се прияжда много месо, особено като им замирише, то е, защото по атавизъм у тях е останало желанието да ядат месо.

Истинският вегетарианец и на сън не яде месо. Съществува един свят на астралната кал – който мине през този път, и светия да е, ще се изкаля. След това трябва дълго да се чисти, за да се умие от тази кал.

Животните нямат добра храна. Едва пеперудите и пчелите донякъде се хранят добре. Но и те водят неестествен живот. Тепърва човекът трябва да се учи. Трябва едно общество да направи този опит. Досега аз не съм намерил едно общество, което да се храни добре, както трябва. Аз съм изучавал въпроса как се хранят англичаните, американците, германците, русите и виждам, че всички се хранят по един и същ начин. Сега едва има общества, които искат да поставят този нов начин на хранене, но не знаят и те отде да започнат.

Хората на новата – шестата раса – ще се хранят изключително с плодова храна. Месото е силна храна, но вредна и изобщо няма да се споменава в бъдеще. Месоядството е една от причините за жестокостта и грубостта на хората, и за неврастенията. Човек чрез храната ще пресъздаде своя организъм. Ако не направи това, дълго време ще живее с подбудите на животните.

Най-идеалната храна са плодовете. Ученикът трябва да употребява предимно тях. Те чистят както тялото, така също и мислите, и чувствата му.

Плодовете са богата литература в невидимия свят и ако вегетарианството мине в по-високо поле, ще има и очаквания резултат.

Вегетарианството е бъдещ начин на хранене на цялото човечество и затова който сега е вегетарианец, той е в авангарда на новата култура, която иде.

Великата духовна топла вълна, която идва сега в света,

руши ледовете и ги превръща във вода. След хиляда години не само хората ще се изменят, но и вълците ще престанат да ядат овце. Те ще се отвращават от месото и ще употребяват растителна храна.

Ако ние се храним с жито и плодове, животът ни ще бъде по-чист. Когато дойде Христовото учение да поклъне в човешките сърца, много хора ще полудеят и също като стари мехове ще изпопукат.

Един ден вълците ще изчезнат. Всичките месоядни животни ще изчезнат, ще се преобразят. Паяците, които ядат мухи, всичките същества, които обичат месната храна, ще изчезнат, понеже тази храна не е здравословна – нищо повече. Тя не става за строежа на тялото.

Защо на хората е позволено да ядат овца, а на вълците не е позволено? Защо на един вълк, като изяде една овца, всеки има право да му тегли куршум? Законът дава право да му теглят куршум, а на човека, като изяде една овца, никакъв куршум не му теглят. Неразбиране има – престъплението е еднакво.

Питам тогава: какво е бъдещето на вълците? Вълците нямат никакво бъдеще. И всички вълци ще бъдат изстребени от лицето на земята. И вълците не могат да бъдат наследници на земята. Всички месоядни животни няма да бъдат наследници на земята – тигри, лъвовے, котки, кучета, всички тия ще си идат и не могат да бъдат наследници на земята. И всички хора, които постъпват по същия начин, и те ще си заминат. Законът е все същият. И те няма да бъдат наследници на земята. Само че лошите хора ще си идат малко по-късно. Най-първо ще си идат лошите животни и след това и лошите хора постепенно. И те няма да наследят земята.

СЛОВО

Храната днес не служи ли за спор между животните? Служи. Тревопасните животни спорят за тревата, месоядните спорят за месото, а птиците спорят за плодовете. Дето има спор за храната, животът се намира в едно тягостно състояние. Следователно, когато говорим за човека, ние разбираме една нова обстановка на нещата.

Докато не сте гладен, хлябът е свободен; щом сте гладен какво ще стане с хляба? Значи гладът и хлябът си приличат. Колкото гладът се увеличава, толкова привличането към хляба става по-интензивно; колкото гладът се намалява, толкова човек от хляба се отдалечава. Може ли да се тури закон, че когато ти си гладен, някой да ти каже: „Ти не трябва да ядеш!“ Гладът е задача, която трябва правилно да се разреши.

Сега съществува гладът, понеже тази задача не е разрешена от хиляди години. Задачата за глада не е правилно разрешена. Запример задачата за дишането е по-правилно разрешена, отколкото задачата за глада, отколкото процесът на яденето. Ти вървиш, ходиш, разсъждаваш, но не мислиш как да дишаш, а мислиш как да ядеш. Постоянно мислиш откъде ще намериш хляб. Ходиш, но не мислиш откъде ще вземеш въздух – постоянно дишаш. Защо човек за въздуха не мисли, а пък за хляба мисли? Какво представлява въздухът в дадения случай? Хлябът е условие, а пък въздухът е среда. Ние сме потопени във въздуха.

Едно е вярно: всички поети, писатели, учени, които са създали нещо велико, са били хора на Божествената Любов. Физическа храна те са възприемали малко, понеже са владеели един особен закон, според който са приемали храна чрез порите си, направо от въздуха.

Имайте предвид, че всяка органическа храна, която употребявате, колкото чиста и да е тя, винаги носи своите отрови и

причинява отлагания. Няма същество, което да не умре, щом се храни с органическа храна. И човек е почнал да умира, от както е почнал да се храни с такава храна, защото във всяко органическо същество има чисто и нечисто поляризиране.

Яденето, мисълта, работата, не са нещо материално. Днес хората умират, защото ядат по физически начин. Ако приемаха храната си по духовен начин, те щяха да живеят в закона на безсмъртието. Човек, който пие вода по духовен начин, никога не ожаднява.

Когато някой се храни с растителна храна, казваме, че този човек е вегетарианец. Едно трябва да знаете: човек, който се храни с трева, ще замяза на воловете. Който се храни с месо, ще замяза на зверовете, който се храни с плодове, ще замяза на птиците. Де е човекът тогава? Значи, ако се храниш с трева, между воловете си, ако се храниш с месо, между зверовете си, ако се храниш с плодове, между птиците си. Това е факт. Какво ще ми разправяте! Нито месната храна, нито растителната храна, нито плодната храна са създали човека. Тревите ще създадат животинския живот на тревопасните, месната храна ще създаде тези енергии в човека, с които той ще обича да се бори, да воюва, а плодната храна ще създаде в човека енергии, които могат да се употребяват за някакво чувстване, за някаква мисъл. Това още не е истинско хранене. Когато дойде на земята, Христос каза: „Всеки, който се храни с обикновения хляб, той ще умре и ще страда“. Но всеки, който се храни с хляб, който слиза от небето, той вечно ще живее. Хлябът, който слиза отгоре, той е човешкият хляб, това е храната за човека.

И сегашните философи са дошли до тази мисъл – само онзи човек се храни, който мисли. Човек, който като яде не мисли, той е тревопасно животно. Човек, който яде и къса храната си, той е месоядно животно. Човек, който яде и кълве храната си, той е пернато животно. Ако тревата я няма, тревопасните животни ще изчезнат. Ако месната храна я

няма, месоядните животни ще изчезнат. Ако плодната храна я няма, пернатите животни ще изчезнат, т.е. птиците ще изчезнат. И най-после, ако и мисъл няма в света, и човекът ще изчезне. Следователно реално е само това, в което се проявява мисълта.

Храната е един обект. Това е работа, която трябва да свършите. Яденето е един свещен процес. (...) Ако не се храниш добре, не можеш да разбереш Божествения ред на нещата. На яденето на храната съответства Словото. Когато един човек ти говори сладко, ти се усещаш като нахранен. След като ти говори така, приятно ти е. Казваш: „Остави яденето!“ Разговорът е толкова хубав, че хората отлагат за един-два часа физическото ядене.

Колкото по-възвишени мисли минават през човешката глава, толкова по-фина храна представляват те за човека. Не само с хляб се живее, но и с всяко Слово, което излиза от Бога. Силата на човека седи в неговата мисъл. Мисълта храни човека, както и хлябът. Ако мислите не са здравословни, колкото и да се храни физически, той пак ще линее. Който живее по законите на Любовта, на вярата, на надеждата, той и със сухи корички хляб може да бъде здрав и весел. Словото Божие е живият хляб, сгъстена Божествена енергия. Житното зърно е едно от любимите деца на ангелите, то не е нещо обикновено. Колкото повече го дъвчете, толкова повече дава.

Живият хляб е разбраното Слово.

Христос казва на учениците си: „Съберете изостаналите къшеи, за да не се изгуби нищо“. С този стих Христос е искал да постави един велик закон в умовете на своите ученици. Той е искал да им обърне внимание на Силата Божия, която е в състояние да увеличи хлябовете. След това Той им казва: „Аз съм хлябът на живота; който иде при Мене, няма да огладнее; и който вярва в Мене, никога няма да ожаднее“.

Според мене всички хора във времето на Христа, които ядоха от този хляб, са щастливи, защото те и до днес живеят. От тези 5 000 души, които са яли от този хляб, можете да намерите из целия свят: и в Америка, и в Англия, и в Германия, и в България – навсякъде са пръснати. Те сами могат да ви кажат, че наистина са яли от живия хляб на Христа. От 2 000 години насам те още живеят с този хляб. Може ли да умре човек, който се е хранил с хляб, който излиза от Бога? Смъртта е влязла в живота по причина на това, че човек е престанал вече да се храни с Божествения хляб. Храненето е процес на сърцето, а асимилирането, употреблението на храната, на хляба, е процес на човешкия ум.

Ако ти 20 години не ядеш, какво ще стане с тебе? Един народ, който не е в контакт с Бога, той изгубва своята права мисъл, той изгубва своите прави чувства, изгубва и правите си постъпки, изгубва своята смелост, изгубва своята предвидливост, изгубва способността да се приспособява.

Да придобиете живот вечен – това значи да знаете да нахраните не само своето тяло, но и своето сърце, своя ум, своята душа, своя дух. То е метод на хранене според дълбокото Христово учение.

Потенциалният човешки живот се отличава по това, че постоянно взима нещо в себе си. Кинетическият Божествен живот се втича в него постоянно. Кинетическият човешки живот пък постоянно обработва Божиите блага, които се втичат в него. Оттук същият закон се отнася и за яденето: ако храната, която приемаш в себе си, не се сдъвче хубаво, не се разпространи из цялото тяло, не се възприеме от ума, сърцето и душата ти и не се превърне в една динамическа сила, за да се използва в света за работа за Господа, то тогава в тебе няма да се роди плод.

Чувствителността увеличава възможностите човек да бъде

по-здрав. А пък умът е, който продължава живота. Ако човек мисли правилно, продължава живота си. Дължината на живота зависи от неговата права мисъл. Когато вие говорите за щастие, разбирате ли от какво зависи щастieto? Щастieto е обусловено от правата мисъл. Знаете ли какво е правата мисъл? Правата мисъл е, която не я е страх от страдания. Правата мисъл не я е страх от глад. За един човек на мисълта един месец глад е едно хубаво разсъждение. Човекът на мисълта един месец като пости, като не яде, мисълта може да го храни. Той, като диша, се храни. Той няма да търси храна. Един адепт от първа степен много рядко яде. Той в годината взема един обяд, един материален обяд. През другото време той се храни на бърза ръка: както когато вие имате работа, та на бърза ръка се храните. Чрез въздуха, чрез дишането той се храни.

Има издадена една книга скоро на английски. Един разправя преди 2030 години своята опитност в Индия. Един американец отива при един индуски адепт, казва: „Хляб няма!“ „Хлябът сега ще дойде.“ Пита го: „Колко хляба ще трябва?“ „Пет хляба.“ И дойдат 5 топли хляба, така хубаво изпечени, както от фурната излезли. Трябват им репички. Каквото им трябва, веднага ще се намери. Ще кажете, че това е илюзия. Не е илюзия. Казва се, че Христос 5 000 души нахрани с 5 хляба и няколко риби.

Онези, които дълго време са изучавали закона на храненето, употребяват по 50100 грама ориз на ден и са здрави. Със 100 грама масло ти половин година можеш да живееш. Със 100 грама кашкавал цяла година може да живееш. Тази наука я владееше Христос – с 5 хляба нахрани 5 хиляди души и 12 коша трохи останаха. Този хляб дойде от въздуха, увеличи се хлябът, но Христос знаеше законите, можеше, вярваше и обичаше. Той живееше според законите на Любовта, Мъдростта и Истината. Всеки човек, който живее по тези закони, същото може да направи.

Някой е гладен, седи, безпокои се. Няма какво да се безпокои! Нека влезе в станцията си, нека изпрати своята мисъл в пространството и ще види, че след малко време той ще получи чрез въздуха една успокоителна, бодра, хранителна мисъл и ще се насити. Тази мисъл е изпратена от някой добър, подигнат човек. Детето дойде в къщи и казва на майка си: „Мамо, гладен съм!“ Кой от вас като детето е отправил мисълта си към Бога и е казал, че е гладен?

Като се намирате в трудно положение, изговорете следната формула: „Йова е ре“. Щом нямаш хляб и се намираш в трудно положение, изговори тази формула дълбоко в себе си, с вяра и упование в Бога, и хлябът ще дойде. Но никому няма да казвате формулата.

С каква храна предимно да се храним? От въздуха първо ще приемате храната. В духовния свят никакви излишъци не остават от храната. Там кухни няма, тенджери няма, помия няма.

Ако съзнанието е будно, човек може да не се грижи за ядене и пиене, както прави сега това, а щом пожелае нещо, ще го има – и то всеки ден, и то специфична, идеална храна.

Питам: ако Бог е ваш приятел, ще останете ли гладни и голи?

Първото нещо, от което трябва да се пазите, е самовнушението, че вие всичко знаете и че не ви трябва повече. Казвате: „Научих се, зная да се моля“. Нищо не си научил още! Ти опитал ли си, когато си сиромаш, нямаш пет пари, три дена си гладувал, като се помолиш, да дойде хлябът? Ако дойде хлябът, ти акта на молбата си научил.

Животът не е само в яденето, но и във вярването. Ако ти вярваш в Словото Божие, може да дойде сила в тебе и ти си

нахранен вече. Гладен си, а имаш много малко хляб. Чрез вярата този хляб може да се увеличи. Ако имаш вяра и знаеш как да извадиш енергията от житното зрънце, от един самун хляб може да извадиш толкова енергия, колкото ще ти стигне най-малко за шест месеца.

Един адепт, който разбира законите, той се служи много разумно, с много малко труд си изкарва прехраната. Ако му трябва портокал, той носи едно портокалено семе и в два-три часа отгоре посее семето, израсне това дърво и даде плод. Узрее плодът, той взима семето и го туря в джоба. От всяко семе може да има плод, какъвто му трябва. Трябва му хляб – веднага посее житното зърно, направи си един хляб. Това са неща от „Хиляда и една нощ“, но е една реалност, правили са опит да ускоряват процеса на растенето.

Човек, като яде хляб, като мисли за източника, откъдето той произлиза, се свързва с онази категория слънчеви същества, които изпращат енергията си за създаване на хляба. Различни същества изпращат различни енергии от слънцето и на специфични места. Има същества на слънцето, които специално се интересуват от България.

Тази енергия, от която житото черпи тези сладки сокове, от които ябълките, крушите и другите плодове черпят, съществува в света. И ако вие разбирате закона на съпоставянето, може, като отидете на Витоша, да не носите никаква храна със себе си. Необходимата за вас храна сама ще дойде. Стига само да разгънете кърпата си, храната, като мана ще падне на нея. Ако сте жадни, ще разтворите ръцете си, ще концентрирате ума си към Бога и ръцете ви ще се напълнят с вода.

Всеки плод е свързан с една Божествена мисъл. Знае ли мислите, които са свързани с плодовете, човек може да се ползва от силата на тия плодове. Достатъчно е само да произнесе името на крушата, запример, за да му се притече тя веднага на помощ.

Може ли гладният, който не е ял хляб, да се насити? Или жадният да утоли жаждата? Не може. Това са прости, външни истини. Водата е символ на нещо по-дълбоко в човека, хлябът е символ на нещо по-дълбоко в човека. Този човек може да се наяде, да се напои, но все ще усеща, че има нещо друго, от което той е лишен. Ние сега сме зависими от хляба. Но то е по причина на нашето криво разбиране. Един ден, като разберем Божествения закон на Любовта, не като една външна сила, а като една сила, която отвътре в нас действа, тогава ще бъдем сити без да търсим хляб. Този въпрос за хляба работи сам по себе си. Той е разрешен тъй, както въпросът за въздуха. И въздуха няма защо ти да го търсиш. Където ходиш, отвори си устата и няма какво да го търсиш. Светлината няма какво да я търсиш. Отвори си прозорците или излез навън, и тя ще дойде. Един ден туй, за което се борим – храната – доброволно ще дойде, само ще си отвориш устата, и храната ще дойде.

Ще дойде ден, когато хората ще се хранят само чрез белияте дробове и мозъка.

За вбъдеще храната ще се приема от цялото тяло, от порите, от всяка клетка, без да се дъвче.

Ще дойде ден, когато хората няма да ядат агънца, прасенца, защото няма да ги има. Вълците също няма да ги има, а хората ще се разбират помежду си, ще прилагат Божиите закони. Това ще стане, когато водата и храната ще бъдат в човека и няма да става нужда отвън да се набавят. Хората ще се хранят отвътре, както Господ се храни. Засега малко ще ядете и с благодарност – това е важното.

Казва Христос: „Хлябът, който слиза от небето“. Значи от онова място, отдето иде запасът на живота. Истинският живот оттам иде. Казват някои, че в бъдеще ще дойде време, когато хората ще се хранят със светлина. Всичко е в светлина-

та. Ако ти можеш да сгъстиш светлината, има храна. Някои учени казват, че това е възможно. Хиляди години може да минат, но ще стане. Ако след хиляда години хората започнат да се хранят със светлина, ще бъде един успех. Но аз мисля, че още след 2 100 години може да се постигнат условията, да може човек да се храни със светлина. Като ви кажат, че Син Человечески ще дойде, не вярвайте. Когато хората започнат да се хранят със светлина – тогава ще дойде Син Человечески на земята – защото е казано, че Син Человечески живее с хляба, който слиза от небето.

Колкото и да се осигурява човек, в края на краищата ще останат само сухи кости от него. Като казва, че не само с хляб може да се живее, но и с всяко Слово Божие, Христос има предвид последствията от двата вида храна. Той знае, че който се храни със Словото Божие, вечно живее. Сегашните хора търсят само физическия хляб, за него се бият и наскърбят, а не знаят, че не само с хляб може да се живее. Който се храни със Словото Божие, може да превърне камъка в хляб. Правете опити да видите силата на Словото. В четвърт хляб има толкова енергия, колкото и в 7 хляба, от човека зависи как ще използва енергията.

Христос показва на човечеството, коя е истинската храна. Един ден душата ще се храни само със Словото. Който се храни със Словото Божие, всякога ще бъде здрав. Ако не се храни със Словото, ще боледува. Следователно, ако боледувате, ще знаете, че не се храните със Словото Божие. Като се храниш със Словото Божие, ще придобиеш Любовта.

ЛЮБОВТА

Вслушвай се в наставленията на духа си и в упътванията на душата си, за да ти бъде всякога добре! Най-великото, което човек може да направи, е когато власт има, да даде свобода на другите. Най-великото нещо, което човек може да направи,

когато Любов има, е да даде хляб на хората. Има два пътя, по които ходят всички живи същества на земята: пътят на хляба и пътят на водата. Първият път се казва „глад“, а вторият път се казва „жажда“. Първият път се казва „път на хляба“.

Хлябът никога не минава по друг път, само по пътя на глада върви. Хлябът посещава само гладните, водата посещава само жадните. Същият закон е: животът посещава само умрелите хора. Хлябът, водата, представят реалната страна на живота. Когато животът иска да се прояви, той се проявява като хляб и вода. Когато животът отива на гости, той се облича в дрехата на Любовта, която се казва хляб и вода. Когато гладният види дрехата на живота – Любовта, той я съблича и облича, и когато жадният види живота, дрехата на Любовта, той я съблича и облича. Това се нарича жажда. Хлябът и водата, това са проявления на живота.

Вие не можете да имате никакво разбиране, вие не можете да имате една възвишена Любов, докато не разбирате смисъла на яденето. Ако не разбирате Любовта в нейния най-нисш израз – яденето, вие нищо не разбирате. Забележете, най-интелигентните същества в света знаят как да ядат, как да се хранят. Най-некултурните същества, които почти не прогресират, яденето при тях е поставено на най-нисша степен и те не знаят как да се хранят, те нямат понятие за яденето. Само напредналите същества знаят как да се хранят.

Питам: задавали ли сте си вие въпроса защо Христос се нагърби с греховете на хората? Аз разглеждам въпроса малко по-другояче, не тъй, както го разбирате. Много теории има. Нали болестите с храна се лекуват? Всяка болест с храна се лекува, понеже грехът на хората дойде по единствената причина на храната; човек отровна храна яде, тя внесе смъртта. Следователно Христос донесе друга храна от дървото на живота. Христос беше първият плод от дървото на живота. Казва: „Който Ме яде, има живот в себе си“. Следователно, като ядоха от дървото на познанието на доброто и злото,

дойде смъртта. Той дойде и донесе храната от дървото на живота. Кой е този плод на познание добро и зло? Лошото учение, злото внесе смъртта. Доброто учение на Любовта внесе живота.

Онова, което спъва човека в днешния живот, това се дължи на факта, че той не е запознат с онази магнетична сила, която работи в света. Хиляди имена са дадени на тази сила. В Евангелието я наричат „Любов“, „Мъдрост“ и „Истина“. Това е онази сила, чрез която Бог спасява хората. Учените хора я наричат „животворен магнетизъм“, който съществува като силна връзка между ума, сърцето, волята на човека; тази връзка съществува и между членовете на семействата, на обществата, както и между цялото човечество. Учените хора я наричат и с други имена, но казват, че за да бъде човек здрав, той трябва да работи по различни начини върху себе си, за да добие тази магнетична сила. За да придобива тази сила, човек трябва да яде, но това още не е достатъчно. Той трябва да знае как да яде, с какво да се храни, той трябва да знае как да ходи, как да се движи.

Храненето е свързано с процеса на Любовта. Който не може правилно да се храни, той не може и да люби.

Вътрешната връзка, която свързва клетките в организма в една стройна единица, е храната. Въз основа на този закон човек трябва да яде. Този закон се отнася не само до тялото на човека, но и до неговите чувства и мисли. Когато връзката между клетките на тялото отслабва, едновременно отслабва и тялото. Любовта е вътрешна връзка между частите на живота, значи Любовта усилва и поддържа живота.

Силата на човека седи в Любовта. Навсякъде гледам роптание, че Господ направил това лошо, онова лошо. Ако имате Любов, ако възлюбите дърветата, те ще дават повече круши, повече ябълки. Възлюбете житото, и житото ще дава повече.

Възлюбете кравите, и кравите повече мляко ще дават. Всичко, което възлюбите, ще дава повече. Възлюбете слънцето и то ще ви дава повече светлина. Въздухът, навсякъде, всичко, което възлюбите, ще даде своето благословение.

Ти не можеш да бъдеш чист без Любов. Ако Любовта не влезе, не можеш да бъдеш здрав. В дишането ако Любовта не влезе, не може да бъдеш здрав, и не можеш да дишаш. В яденето, ако Любовта не влезе, не можеш да ядеш правилно. Във всяка една мисъл, ако не присъства Любовта, ти не можеш да мислиш правилно.

Как ще познаете Любовта в стомаха си? Вие ще я познаете само чрез добрата храна, която приемате винаги. За да имате Любов, вие трябва да приемате най-хубавото, най-чистата храна. Ако не приемете най-хубавата храна, вие не можете да разберете Любовта на физическия свят. Защо трябва да дишате чистия въздух? За да разберете Любовта в духовния свят. Защо трябва да възприемете най-чистите мисли? За да разберете Любовта на Божествения свят.

Присъства ли Любовта при храненето, тогава човек приема Бога. Процесът на ядене е съзнателен и свръхсъзнателен.

Хората се ползват от храната дотолкова, доколкото съзнават, че Бог е в нея. Ако при храненето си те не внасят мисълта, че Бог е в храната, тази храна е гниеща и носи болести и смърт за тях.

В храната, която ядем, е скрит Бог, но ние още не знаем това. В хляба се крие мощна сила. Ако си болен и мислиш за хубав, пресен хляб, за хубави неща, ще оздравееш. Като пиеш вода, ще знаеш, че в нея е Божественото, като дишаш въздух, ще знаеш, че във въздуха е Божественият живот, като приемаш светлината, ще знаеш, че Бог е в светлината.

Трябва да се знае, че Божественият свят се влива в човешкия чрез яденето. Бог е направил устата и езика за възприемане на този живот. Когато Христос е изказал стиха: „Ако не ядете плътта Ми и не пиете кръвта Ми, нямате живот в себе си“, Той е вложил дълбок смисъл в него. Духовното е скрито във физическото. Духовният свят става понятен само чрез физическия. Душата е достъпна за нас само чрез тялото.

Казвам: ние трябва да пожелаем да познаем Бога, Който всеки момент ни се открива. У нас трябва да се събуди свещен трепет към Него като към наш Баща и да вършим всичко за Него с радост и веселие. Дали ще работим с пари или без пари, това не е важно: служим ли с Любов, парите не опетняват. За нас е важно да вършим всичко с радост и веселие. Някой казва: „Колко да ям?“ Ако ядеш без Любов, и малко, и много да ядеш, това ядене не хваща място, то не е благословено. Такъв е законът.

Ако човек пие вода и не мисли, че в този извор присъства Божественият Дух, той е нещастен човек. Ако диша въздуха, ако яде хляба и не мисли, че във въздуха, в хляба присъства Божественият дух, той е нещастен човек.

Яденето е първото общение с Бога, дишането е второто общение с Бога, а мисленето е третото.

Щом ядем, ние възприемаме Божествения живот в нас, идваме в контакт с Божествената сила и с Божествената мисъл. Най-свещеният акт в света е яденето.

Яжте с голямо благоговение! Знайте, че животът, който Бог ви е дал, го е дал чрез храната, тя от Бога направо минава у вас.

Преди години дойде един и казва: „Каж ми най-добрия метод как мога да стана добър“. Казвам: „Яж добре. Като

седнеш, яж добре, музикално яж, да ти е приятно. Не мисли за нищо друго, благодари за яденето, че имаш добър хляб. Виж хубавото, което е в хляба, да ти предаде доброто. Като ядеш круши, сливи, виж доброто, което е в тях. В ябълките виж кое е доброто. Кажи си: „Както е сладка ябълката, и аз да бъда като нея сладък. Както е сладък хлябът, и аз да бъда така сладък.“ Като пиеш вода, бъди добър като водата. Туй, което влиза в тебе, бъди като него, не търси нещо отвън.“

Има един закон в света: туй, което ти не обичаш, не можеш да се ползваш от него. Може да се ползваш само от неща, които обичаш.

Питам се: кое заставя съвременните хора да ядат? Преди всичко ние още не сме се научили да ядем от Любов. Защото да яде човек без Любов, това е насилие. Значи нещо заставя човека да яде.

Никога не яжте храна, която не обичате. Плодът, който обичаш, лечебно действа. Законът е същ и за гледането: никога не гледай един предмет, който не обичаш. Всякога спирай погледа на туй, което обичаш, здравословно действа. Никога не слушай туй, което не обичаш. Скарат се двама души, ще идеш да ги слушаш. Слушай някой хубав разговор, слушай хубавия разговор, да ухае. Каквото и да е хубаво, обърни внимание, ако искаш да бъдеш здрав. Никога не пипай неща, които са груби. Пипай онези предмети, които са гладки, меки, които произвеждат приятно впечатление. Те са хармонични и здравословни.

Не мисли, че храната внася силата. Ако обичаш живота, който е скрит в храната, всички клетки ще се отворят за него и ще го приемат. Ако не обичаш известна храна, ти не обичаш и живота в нея, тя ще влезе и излезе от клетките ти, без да приемат те живота, който се съдържа в нея. Това значи да ядеш, без да се ползваш от храната, която приемаш.

Храната, ако не я обичаш, си остава затворена. Ако я обичаш, тя ще се отвори и ще ти даде нещо. Иначе ще вземеш огризките от храната. Ние много ядем и малко изкарваме от храната. Същественото е онова, което изкарваме от нея.

Ако ядеш без Любов, ти приемаш само грубата материя, а фината, в която се крие животът, не можеш да я използваш.

Яжте с Любов и благодарност, за да използвате праната от храната. Праната е жизнена сила, която съществува във всеки човек, но в различно количество. Комуто раната заздравява лесно, той има голямо количество прана. Колкото и да е голяма една рана, ако си поставиш ръката върху нея и си пълен с прана, раната моментално ще оздравее.

Яденето е процес на вътрешна хармония. Човек трябва да обича храната, която яде, за да се ползва от нея. Щом не обичаш една храна, тя е отрова за тебе.

Ако хората разбираха каква енергия, какъв живот се крие в храната, те биха се ползвали от нея. Ако разбираха, то те като приемат храната с Любов, щяха да внесат в организма си онази сила, онзи живот, който е скрит в нея. Всяка ябълка, всяка круша, слива, череша, картоф, крият в себе си сила, която може да обнови човека. Но всяко нещо трябва да се приема с Любов, за да даде своя резултат. Любовта привлича живота. Без Любов животът не може да се прояви.

В яденето трябва да влиза Любовта като метод да се трансформират енергиите в по-висока форма. Щом ядете с Любов, храната влиза у вас чиста. Любовта сама ще ви покаже каква храна трябва да употребявате. Засега най-хубава храна е плодната, ще ядете плодове, докато почне Словото, думите да бъдат храна за вас.

Основният, главният закон за яденето е Любовта. Да ядете, само когато ви се яде, да ядете с Любов и благодарност.

Между човека и храната, която той употребява, трябва да има известно отношение – той трябва да обича храната, която употребява, но и храната трябва да има разположение към него. Това наричаме ние жива храна, жив хляб. Христос казва: „Аз съм живият хляб“. Вие ще намерите този хляб във всички храни и плодове. Търсите ли Божественото, ще го намерите и в храните, и в плодовете. За да се свърже с Божественото в храната, човек трябва да яде всичко с благодарност и Любов. В това се крие философията на храненето. Който е могъл само един път в живота си да яде с Любов и благодарност, той е разбрал смисъла на храненето. Не е въпрос да яде човек разнообразна храна, но той трябва да яде с Любов и да благодари на Бога за великото благо, което му е дал. Тогава и най-простата храна е благословена.

И най-пищната храна може да ядете, но нямате ли Любов, нищо не ви ползва.

Една домакиня не може да сготви сладко яденето, ако не обича. Трябва да обича някого. Дали своя възлюблен или децата, или бащата, който и да е. (...) Поне едного от тях да обича и яденето може да го сготви, дреха може да ушие, хубаво може да се учи, добре може да свири. Като има само едного да обича, виртуоз става.

Вярвайте само на ония неща, които са дадени с Любов. Само те имат сила. Всяко нещо, дадено без Любов, няма сила в себе си. Щом няма сила, не може да му се вярва. Това е закон, който всеки може да опита. Дайте на човека четвърт или половин хляб с Любов, или два хляба без Любов и вижте в кой случай ще се нахрани по-добре.

Като отиваш при болен, занеси му нещо, което обича.

Първото нещо в новото учение е всеки да стане служител на Любовта в своята мисъл и в своето сърце, и в своето тяло. Че като ляга, да служи, като спи, да служи, като яде, да служи – да стане един слуга на Божествената Любов. Така светът ще се оправи.

В прилагането на Любовта има една голяма мъчнотия. Знаете ли в какво именно седи тя? Ако един яде много, а друг – малко, те не могат да се обичат. Ако и двамата ядат много, пак не могат да се обичат. Ако и двамата никак не ядат, пак не могат да се обичат. За да се обичат двама души, единият трябва да даде половината от своето ядене на брат си. Така могат да се обичат хората. Туй е закон в природата. Майката, като яде, употребява част от яденето за себе си, а половината дава на детето си. Онази птичка, като хване зрънце, глътне го сама, но ако е майка, първо го дава на децата си и после търси за себе си.

Туй, което съм проверил, е вярно. Може и вие да направите опита. Аз, ако имам един цял хляб, един обикновен хляб от едно кило, като дойде някой да ми иска, дам му половината. След като той си замине, моят хляб е пак цял. Той иде с половината. И той, ако даде половината от своя хляб, и неговият хляб пак ще стане цял. Онзи, който е взел четвъртината, ако четвъртината направи осмина, хлябът му пак цял ще бъде. Постоянно се намалява хлябът, но който дава, неговият все цял остава. Доброто има такова свойство: никога парче не остава, доброто е винаги цяло в себе си. То е като един извор, който никога не се изпразва, винаги от него каквото излезе, излиза изобилно. Казвам: в закона на Любовта туй е вярно. Ако всички хора биха служили на Любовта с пълна вяра, никога не щеше да има недоимък. Ако някой път се ражда недоимък, то е от безлюбие. Този закон е верен. Ние страдаме от безлюбие. Болестите се явяват от безлюбие, невежеството се явява от безлюбие.

Всякога, когато човек прави нещо, все има възнаграждение. Самата постъпка има възнаграждение. Самата обич има нещо, което те възнаграждава, самата Любов има нещо, което те възнаграждава. Ядеш нещо, защо? Яденето те възнаграждава.

Онова, което дава радост, онова, което дава здраве, онова, което дава светлина, онова, което дава топлина, онова, което дава изобилие и всичките блага, във всичко туй е Бог, Който всеки ден се проявява. Хлябът, който ядете, той е събрана светлина в едно място. Плодовете, които ядете, то е светлина, събрана в едно място. Водата, която пиете, то е светлина, събрана на едно място. Въздухът, който дишате, то е светлина, а самата светлина носи в себе си живота. Той е в светлината.

Казвам: целувките в света са носителки на Божиите благословения. Чрез целувките Божественото се изявява. Кой от вас не отива да целуне чешмата? Кой от вас не целува ябълките? Кой от вас не целува крушите? Кой от вас не целува всички неща, които са приятни? Казвате: „Аз не съм целунал никого“. То е първата лъжа. Целуваш и как целуваш! Така очистена, целувката вече има смисъл. Една прегръдка, една целувка, това са Божествени действия, които дават подтик да се развива нашата душа. Ако нашето слънце нямаше желание да ни целуне, ако вятърът нямаше желание да ни прегръща, ако въздухът не искаше да влезе вътре, какво щеше да бъде нашето положение? Тази храна, която влиза в нас, се жертва, започва да ни целува, да ни прегръща. Храносмилането е обичта на храната. Казват учените хора: „Хубаво се е смляла храната“. Храната прегръща и целува стомаха. Тази храна, която влиза, го обича. Онази храна, която излиза, не го обича. Казвам: не яж храна, която не те обича. Щом не те целува, ще те ухапе.

В този свят, в който живеете, вие обръщате внимание на

всички, които ви обичат, които имат любов към вас. Вие обичате някой плод, защото той ви обича, има какво да ядете от него, затова го обичате. Ония неща, които не ви обичат, нищо не са приготвили за вас, затова не ги обичате. Казват: „Обичам крушата“, защото крушата ви обича. Обичате водата, защото водата ви обича. Обичате слънцето, защото слънцето ви обича. Всички неща, които ви обичат, и вие ги обичате; които не ви обичат, и вие не ги обичате.

Понякоя път мислите, че като обичате ябълката, вие ѝ давате нещо. Ябълките имат нещо за вас, те се жертват за вас. Те дават нещо от своята любов. Те влизат във вашия свят. Имат желание, обичат ви те. Те, за да влязат в нашия свят, се жертват, умират. Влязат в чистилището на вашия живот, в митницата, в стомаха. След това, каквото са донесли оттам, носят в дробовете, в мозъка, в разните центрове, започват да изследват човешкия живот.

Но казвам: по този начин се създава едно разумно понятие. Сега мислим, че ябълката не е разумна. То са наши схващания. Не са разумни, понеже нямаме любов към тях. Всяко нещо, което обичаме, е разумно. Всички неща, които обичаме, са разумни. Всичко онова, което не обичаме, за нас не е разумно.

Върху три Божествени неща гради човек живота си: върху светлината на своя ум, върху топлината на своето сърце и върху силата на своята душа. Човек е дошъл на земята да изяви доброто, което носи в себе си. Ако е добър, умен и силен, ще има приятели; ако не е добър, умен и силен, няма да има никакви приятели. В приятелството става истинска обмяна между душите. Ако ядеш плод, който обичаш, между тебе и плода става правилна обмяна. Любовта към даден плод е в състояние да подобри неговото качество. Ако ядеш един плод няколко години наред с Любов, ще видиш, че дървото се подобрява. Ако един глупав човек яде от един и същ плод няколко години наред без Любов, състоянието на дървото се влошава. Това е закон. Добрите и умни градинари изкар-

ват добри плодове. Користолюбивите градинари развалят плодните дървета в своята градина. В дърветата се явяват различни животинки, които изяждат плодовете.

Въз основа на закона за подобие, който гласи, че подобното подобно привлича, всеки ще се ползва от този живот, който му отговаря, т.е. който го привлича. Човек може да привлече към себе си само онзи предмет, който обича. Не можете да отглеждате цветя, ако не ги обичате. Цветята имат свой език, който разбират само онези, които ги обичат. Старите българи са знаели този закон и са го прилагали. Те обработвали нивите си с Любов, посаждали житото и го отглеждали с Любов, затова се радвали на плодородието.

Казвате: „Тия череша не струват“. Причината си ти, дете тази череша не е сладка. Аз съм правил опити, садил съм дини, които не са сладки и сладки са ставали. Садил съм сладки дини и не са ставали сладки. Изведнъж не става това. Добрите градинари, които имат Любов, подобряват сортовете.

Хубавите чувства организират материята. Защото има чувства и постъпки на хората, които играят важна роля в сладчината на плодовете. Колкото хората стават по-добри, плодовете стават по-сладки; колкото хората стават по-лоши, плодовете стават по-горчиви. Тия, горчивите плодове, се дължат на човешките мисли, чувства и постъпки. Тия, отровните змии, научиха туй изкуство, когато хората са били най-лоши. Кобрата е създадена в епоха, когато хората са живели много лош живот. Тигрите са останали от една епоха, когато хората са живели много лош живот, те са остатъци. Овците са остатъци от епоха, когато хората са живели много добър живот. И ние, ако искаме да оставим едно бъдеще, ако живеем добре, ще оставим нещо: някои добри животни ще останат, плодовете ще станат по-сладки, овцете ще станат по-добри, вълците ще станат тревопасни.

Ако можеш да добиеш храната по прав път, имаш Божието благословение. Може да направите един опит: ако вие от 45 дена очаквате Бог да се прояви, ще дойде един ваш приятел, който ви обича, иска да ви посети от 10 години, да ви види. Когато вие се намерите в най-големите скърби и страдания, вие ще тръгнете да просите и казвате: „Гладен ще умра!“ Аз бих предпочел да умра гладен, отколкото да изгубя Любовета, пък да имам яденето. Яденето без Любов за мен нищо не струва. Храна, която не ми дава мисъл, нищо не струва. Храна, която не ми дава свобода, нищо не струва. Храна, която внася свобода, тя е Божествена. Трябва да се освободим.

ХРАНИ И ХРАНЕНЕ

КАЧЕСТВА НА ХРАНИТЕ

Плодове, зеленчуци, растения

Високите тонове идат отгоре. Басовите тонове са отражение на високите тонове. Басовите тонове аз наричам „сгъстени“ тонове – те създават плодовете. Енергията, която иде за един плод, е много фина. Най-първо ще мине през едно дърво, ще се сгъсти, ще се образува един плод. То е бас.

Плодните дървета са дошли на земята в помощ на човешкото развитие.

Плодовете изявяват Словото Божие. Другояче казано: Словото е създадо плодовете. Като ядеш някакъв плод, трябва да знаеш какво е вложил Бог в него. Ако разбереш какво се крие в ябълката, или в друг някой плод, ти ще възприемеш Словото, внесено в нея. Щом приемеш Словото, ти ще се повдигнеш. С думите „да произрастат тревата, растенията и плодовете“ Бог е внесъл Словото си в тях. Така трябва да разсъждава вярващият или мистикът, за да възприеме нещата. Ако не разсъждавате така, ще имате празнини в себе си, които ще ви правят недоволни.

Като ядете от всички плодове, вие се запознавате с Бога. Чрез крушите, чрез ябълките, гроздето, вие ще опитате Божията благодат. Ако ядете както трябва, ако влизате в света на тази храна и разбирате езика ѝ, ще бъдете здрави.

Няма по-хубава храна от светлината. Ние всички се храним със светлина, само че е много сгъстена, трябва малко да я разредем. Всичко е кондензирана светлина, в плодовете, в растенията.

Всеки узрял плод е събрана енергия по законите на четвъртото измерение.

Плодната храна е най-здравословна, понеже е изложена на слънчевите лъчи. Там, дето светлината се увеличава, там има повече разумна енергия, повече природна енергия. Там, дето топлината се увеличава – и бързината се увеличава, там има повече разумна енергия.

Всички плодни дървета са акумулатори на различни енергии, които идват от слънцето и те ги събират. Разумният човек, който знае как да яде, ще се ползва от Божествените енергии, скрити във въздуха, водата, житото, плодовете. Светлината ще приемеш в този размер, който е необходим за тебе.

Всеки плод е едно написано писмо от невидимия свят. Върху тоя плод са падали слънчевите лъчи. Ония, които са създали плода, са събирали слънчеви лъчи, кондензирали са слънчевата енергия вътре в тоя плод. Вие имате една задача – да извадите тая светлина и да я внесете в тялото. Плодовете са една слънчева храна.

Трудна е тая работа. Не мислете, че е така лесна. Както сега се храним, то едва ли една хилядна задържахме от това, което съдържа храната. И ако ние бихме задържали всичко това, което е в плода, ние щяхме да имаме такъв дълъг живот! Някои от растенията живеят по 1 000 години.

В природата съществува един закон, който тепърва ще го изучавате. Когато на един ангел от небето му се роди син, той го изпраща на земята във форма на круша или ябълка, или слива, да се учи. Та всички плодове, което вие ядете, ябълки, круши, сливи, череши и тем подобни, са все ангелски синове и дъщери, изпратени на земята да се учат. Синовете на архангелите пък, това са вашите волове и говеда, овце, които вие храните и използвате. Питате: „Вярно ли е всичко това?“

То е по-вярно, отколкото това, че вие сега сте при мене. Ако Бог, Който е направил цялата Вселена, може да изпрати Своя възлюбен син между хората, да приеме от Божествена – човешка, рабска форма, защо ангелите и архангелите да не изпратят своите синове и дъщери във форма на плодове и животни?

Хората нищо не подозират за онзи велик процес за създаването на ябълката, на един плод. Всеки вземе, подхвърля ябълката, казва: „Ябълка е това“. Цяла история има за създаването на ябълката, за която хиляди гениални умове са работили и са дали своето мнение, докато се създаде един плод.

Мислите ли, че тази лоза, която знае да събира слънчевата енергия по особен начин и да образува това, сладкото грозде, че тази лоза не е умна? Има едно разумно същество, което живее в нея. Това са спящи ангели, които са дошли само да дадат пример на хората за самопожертване.

Много пъти съм се спирал по 10-ина минути да разговарям с някое цвете и то ми разправя своята история. За вас е цвете, а за мен ни най-малко не е цвете, но едно разумно същество, което взело формата на едно цвете. Казвам му: кои са причините, че дойдохте в тази форма? Казва: „Аз се нуждаю от чистота, затова нося белия цвят“. Друго ми казва: „Аз нося червения цвят, понеже в миналото съществуване не използвах живота, сега искам безкористен да бъда в този живот“.

Всичките плодни дървета, житото, царевицата, ябълките, крушите, сливите – всичките се жертват, за да придобият някоя добродетел. Всички се жертват за нас, разумните същества, направени по образ и подобие на Бога. Ние ходим и много малко вършим.

Някои хора говорят за идеален живот, стремят се към него и пренебрегват физическия. Те не знаят, че за да дойдат

до идеалния живот трябва да започнат от физическия. Като метод за правилно развитие, те трябва да отглеждат цветя, плодове и зеленчуци. Мнозина избягват работата със земята, считат я за унизителна. Не е така. Всяко растение, всеки плод, с който човек се занимава, внасят в него свои качества.

Искате ли да бъдете истински религиозни, вие трябва да се занимавате с отглеждане на цветя, плодове и зеленчуци. В програмата на всички религиозни системи като метод за работа се препоръчва отглеждане на растенията. Чрез тях човек се лекува. Като ги обработва, познава тяхната магическа сила.

Трябва да изучавате магическата сила на растенията. Запример вие имате къща и посеете дървета до къщата близо. Вие не разбирате закона на растенията – растенията, без да искат, ще ви причинят пакост. Достатъчно е да се изпотите и да легнете близо до корените на едно растение или до някой орех, ще видите какво има в растенията – в растенията има една жажда за вода. Те обичат водата. Те, като изтеглят водата, ще изтеглят и соковете на живота. Казвам: никога не трябва да заспivate под сянката на растенията, защото като заспите, тогава идват всички нещастия на човека.

Сега казват, че майката, като раждала децата, била умна, защото увивала детето в пелена. Че и царевицата, преди човек да беше дошъл на земята, това го правеше. Всяка царевица, когато роди един кочан, тя го увива с пелени хубаво, увие хубаво детето. Кога е научила царевицата това? Сега хората като направят един бонбон, го увиват в книжка. Я, вижте ябълката как опакова своите плодове. Онзи бонбон, с какво внимание го е увила, пък и соковете не са фалшиви. Не сега както правят – на десет хубави неща ще турят две лоши. Тях ги турят да ги посее. В природата няма такова нещо – всяко нещо е чисто.

Растенията са разумни същества. В някои отношения те

са отлични химици и физици, съобразяват се с външните условия. Според външните условия, те надебеляват и изтъняват кората си. Те познават природни начини за лекуване, те познават природната медицина. Те имат разбирания, различават добрите от лошите условия. Запример, ако забодете суха пръчка около корена на някой виеш се боб, той ще се покачи по пръчката отгоре. Обаче, ако до този боб има наблизко жива фиданка, той ще обиколи сухата пръчка и ще се обвие около фиданката. Това говори за известна степен съзнание. Които не разбират това, казват: „Дърво, растение е това!“ По този начин те искат да подчертаят невежеството на растенията. Не са невежи растенията! Ако мислите, че растенията са невежи, какво трябва да кажете за себе си, щом се храните с растения? Ако растенията бяха невежи и ние щяхме да възприемем тяхното невежество.

Мнозина мислят, че житото, царевичата, ечемикът са глупави, неразумни същества. Не е така. Съвременната философия и наука се дължат на слънчевата светлина и топлина, както и на храната, която хората употребяват, а някои неща се дължат и на самите хора. Ако не мислят върху тия неща, хората вадят криви, повърхностни заключения. Те казват тогава, че всичко зависи от тях. Когато ядат хляб, те възприемат идеите на житото. Чрез хляба житото казва на хората: „Условията, при които ние живеем, са такива, че не можем да приложим своите идеи. Понеже вие сте по-свободни, приложете идеите ни вместо нас.“ Всяка идея, която носи радост и светлина, е Божествена. Такива са идеите на растенията.

Всяко духовно качество си има своите материални елементи. Искаме ли да бъдем меки, трябва да имаме съответна материя. Храните се делят на категории. След векове, когато растенията дойдат в развитието си до човешка степен, признаците и характерът им ще се превърнат в съответни човешки качества. Това, което растенията събират днес, ще се прояви след милиони години.

Позволено е да се късат цветя само при два случая: за научно изследване и за лекуване.

Каквото желаете, да не искате да стане скоро. Тъй да оставите да станат нещата, както е определено. Оставете да се облече едно дърво, както иска, не го насилвайте. Едно цвете може да го заставите да се облече преждевременно – ще направите цветарник, ще турите печка, ще го стоплите. То е частично подобрене. В целия ход на растителното царство растенията сами се обличат и събличат. И по-добре става. Сега често, като култивираме някои растения, плодовете стават по-големи, но изгубват от своята сладчина и аромат. Увеличаваме формата, увеличаваме соковете. За да бъдат сладки плодовете, природата е работила дълги години.

Любовта се занимава със сърцето. Ти не може да имаш едно добро сърце, ако не се занимаваш с Любовта. Ти не може да имаш един светъл ум, ако не се занимаваш с Божията Мъдрост, със знанието. Тебе стомахът ти не може да бъде свободен, ако ти не се занимаваш с Истината. Има лекарства, но никакви лекарства не помагат. Истинските лекарства съдържат онова, което излиза из Любовта. Има растения, които събират соковете на Любовта. Има растения, които събират соковете на Мъдростта. Има растения, които събират соковете на Истината в света, соковете на свободата. Като ги видиш, свободен ставаш. Много хора са понесли ограничение. Щом им дадеш от тия растения, които съдържат соковете на свободата, веднага се освобождават.

Природата, която е пратила човека на земята, желае да му даде разнообразна, богата храна. Например, ако ти никога не си вкусил портокал, липсва ти нещо от портокала. Ако ти никога не си ял сливи, или грозде, ще ти липсва нещо, което сливите или гроздето могат да ти дадат. Ако никога не сте яли житен хляб, ще ти липсват тези качества, които житото носи, както е в тези народи, които не са яли житен хляб. Хи-

гиената определя каква трябва да бъде храната и колко калории трябва да има. Но въпросът седи малко по-другояче. Всички плодни дървета са акумулатори на различни енергии, които идат от слънцето и те ги акумулират, събират. И онзи, разумният човек, който знае как да яде, той ще се ползва от Божествените енергии. Той ще се ползва от въздуха, от светлината и от разните видове храни.

В яденето се съдържа и един умствен процес. То е цяла наука. Ще ти дадат да ядеш картофи, за да ги изучиш, другояче не би ги изучил.

Всеки плод крие в себе си лечебна сила, която трябва да се използва.

Всички храни са свързани с човешкия организъм. Някои храни са свързани с мозъка, някои храни са свързани с дробовите и някои със стомаха. Каквато нужда има организъмът, такава храна си търси. И в животните е пак същият закон. По-неже на животните е потребно малко умствена енергия, малко я търсят. Те търсят храна, която носи сила на организма.

Всяка храна се приема за подобрене или на нервната система, или на костите, или на мускулите и пр.

За всички нервни заболявания яжте много ябълки, круши, варете си царевична и житени води.

Има известни храни, които могат да подобрят твоята нервна система и да усилят твоята деятелност. И трябва да знаете, че някои растения са много интелигентни. Вие трябва да знаете коя храна е разумна храна. И от растенията има някои, които са разумни. В растенията има същата категория, каквато и между хората.

Мнозина се питат какъв е смисълът на живота. Някои

казват, че смисълът на живота се крие в яденето. Ако това е така, научил ли е човек какво съдържание и какъв смисъл има всяка храна? Някой изяде една ябълка, без да си отговори какви елементи съдържа тя, отде е дошла, под влиянието на коя планета се намира и т.н. Това трябва да се изучава всяка година, понеже миналогодишните ябълки не приличат на тазгодишните нито по състав, нито по влияние на планетите. Това днес не ви интересува, защото не можете да го използвате. Днес съзнанието ви се приготвя, за да можете в бъдеще да се ползвате от храната, която употребявате. Всеки плод крие в себе си лечебна сила, която трябва да се използва. Това, което считаме добро за възрастния, не е добро за новороденото дете.

Трябва да се изучават растенията и от астрологично гледище. Така се изгражда астрологичната ботаника. Всяко растение се намира под влияние на някоя планета. Например дъбът е Юпитерово растение. Когато човек иска да бъде устойчив, да яде жълди.

Органите в човешкото тяло, които са под влияние на една планета и на един зодиакален знак, се лекуват с растения, които са под влияние на същата планета и на същия зодиакален знак. Например белият дроб и сърцето са под влияние на Лъва и Слънцето и ще се лекуват с растения, които са под тяхно влияние.

За някои храни не е добре да се казва на какво въздействат. Но запомнете: едни събуждат физическата енергия, други – чувствата, а трети – умствената енергия. Изобщо всеки плод служи за проява на една или друга добродетел в човека. Разнообразието на добродетелите ще зависи от употребата на различни растения и плодове за храна. Има растения, които правят човека благоразумен и човек трябва да развие усет от какви плодове се нуждае, за да трансформира енергия от тях.

Който иска да внесе светли мисли в ума си, той трябва да яде плодове, които са зрели на север; който иска да внесе благородство в сърцето си, той трябва да яде плодове, зрели на юг; който иска да внесе благородство в характера си, той трябва да яде плодове, зрели на изток; който иска да придобие разбиране за живота, той трябва да яде плодове, зрели на запад.

Някои от плодовете са удължени, някои са валчести. Тези, удължените плодове, действат по един начин, валчестите – по друг. Според образа на човека, и характерът според това какъв е образът, дали е удължен, или е валчест, широк, или тесен; всичко това съответства на човешкия характер.

Казвам: има растения в природата, които са близки на човека, има растения, които са далечни на човека. Когато човек мисли да създаде в себе си нещо благородно, нещо хубаво, той трябва да яде от тези растения, от плодовете на тези дървета и растения, които са близки до него. Те ще внесат в човека възвишеното, хубавото, разумното. Когато иска да съгради в себе си нещо по-грубо, той ще яде от далечните на себе си плодове или растения. Така ще се създаде едно разнообразие в яденето. Сега вие ще кажете: „Няма какво да се занимаваме кои растения са близки на човека и кои – далечни“. Че ако ти не знаеш кои растения са ти близки и кои – далечни, ти няма да успяваш в живота си.

Сега гледам какво правят новите вегетарианци – те опростяват храната си и ядат само ябълки и круши. Те се лъжат, мислят, че приемат чиста храна. Не мислете, че и плодовете не са опасни. Има опасни ябълки, има круши, които са опасни, има сливи, които са опасни, има дини, пъпеша, които са опасни. Човек трябва да ги разбира. Като ядеш, ти трябва да знаеш как да ядеш.

Аз не се нуждая от много храна. Щом искам да хапна не-

що, ще отида при едно орехово или ябълково дърво и ще го попитам: „Позволяваш ли да си избира няколко от твоите плодове?“ Щом ми позволят, ще си избира 23 ореха, или 23 ябълки и то най-хубавите от цялото дърво. Аз не ям всичко, малко ям, но най-хубавото, най-чистото. Казвате, че някоя ябълка или круша например е родила много плодове. Плодовете може да са много, но всички не носят благословение. Има известни моменти в живота на плодните дървета, когато ако те родят, плодовете им носят благословение; има моменти пък, когато плодовете на дърветата носят смърт за човека. Само безсмъртният човек разбира кое е смъртно и кое – бѣзсмъртно.

Умният човек сам избира храната си и ще яде такава храна, която ще му помогне да развие известни качества. Умният яде от тези плодове, които са необходими за неговата интелигентност, да я усили, да я развие още повече.

Грубият да яде плодове и да отглежда цветя.

Има музикални билки и щом влезеш във връзка с тях, ставаш гениален. Те се намират по вътрешен път. Има билки и за подмладяване.

Кожата може да се запази мека и чиста не с мазила и ред козметични средства, а с употребата на специални храни, които вие трябва да изучавате.

Ония храни, които са здравословни, съдържат повече органическо злато, а които не са, по-малко злато съдържат. Тия храни придават една динамичност.

Забелязали са, че някои лечебни растения растат на места, дето има или заровено злато, или златни жили. Намерено е, че други растения пък растат там, дето има скъпоценни ка-

мъни или някои благородни метали като злато, сребро. Други растения растат там, дето има мед, желязо и т.н. Човек трябва да познава тази именно ботаника, да знае къде какви растения растат. (...) То представя скритата страна на ботаниката. Аз не искам да разкривам и друга страна на ботаниката: има такива растения, от които достатъчно е да пиете само няколко капки, за да се подмладите или да станете красиви. Запример има растения, които са в състояние да проявят ума на човека, да усилят паметта му. Една-две капки от тия растения са в сила да извършат това нещо. Казвате: „Кажете ни кои са тия растения!“ Това е тайна в природата, която не е позволено да се открива.

Трябва да знаете, че някои растения са много интелигентни. Вие трябва да знаете коя храна е разумна храна. Съществуват най-учени растения. И неслучайно в средните векове са търсили алхимическия камък за обезсмъртяване. Ти не можеш да го намериш, докато не намериш една идея, която да съответства на безсмъртието. Ти трябва да знаеш онзи, великия закон, с който можеш да възстановиш разумното здравословно състояние на тялото, което човек е имал преди хиляди години.

В природата има известни растения, от които се изважда една течност, която като я вземеш, разтваря натрупаната в тялото кал и човек живее по-дълъг живот. Тази течност наричаме „жизнен еликсир“. Достатъчно е една малка капчица от жизнения еликсир да се изпие с чиста вода, за да получиш живот най-малко няколко века. Който веднъж придобие този живот, той и да иска, не може да се освободи от него. Ако човек е страдал от някаква тежка, неизлечима болест като туберкулоза, рак, проказа и други, една капка от жизнения еликсир е в състояние моментално да предизвика реакция в него, да го съживи, да го подмлади, да го направи нов човек.

В природата има един закон, който определя времето на цъфтенето и връзването на плодовете. Според този закон има растения, които цъфтят един път в 1 000 години, а узряват едва в 2 000 години един път. Вие познавате може би столетниците, но познавам аз такива растения, които цъфтят един път в 1 000 години и узряват само един път в 2 000 години. На такива дървета има плодове, които седят от всички минали епохи. Ако разбирате законите на развитието на тези дървета, ще видите, че в тях се намират онези елементи на живота – жизненият еликсир, който алхимиците са търсили. Само в тези растения се намира този елемент на живота.

За да влезеш в тази област, за която ви говоря, ти трябва да бъдеш роден от баща светия и от майка светица. За 1 000 години поне нито баща ти, нито майка ти не трябва да са направили едно престъпление нито в мислите, нито в чувствата, нито в постъпките си. Значи баща ти и майка ти трябва да са родени като светии, а ти – като кандидат-светия, за да можете да влезнете в тази област. Такъв е законът.

Ще дойде време, когато хората ще ядат само плодове. Плодоядството ще бъде режим на храненето в новата култура. При плодовете ние се храним с кондензирана светлина.

Искат ли хората да се лекуват, те трябва да започнат от растенията, защото растенията водят чист живот. От всички същества, които днес живеят на земята, растенията са най-чисти.

Лоза

Лозата е емблема на духовния живот, който съдържа в себе си условия за прогрес и развитие. Лозата се отличава с качеството да пуца надлъж своите клонища. Нейните корени са по-къси, а клонищата ѝ са по-дълги, докато у другите растения има една съразмерност между корените и клонищата. У лозата пък е обратно. Тя се взима изобщо като емблема

на живота. Затова Христос казва: „Аз съм лозата“. Той не казва: Аз съм крушата, или ябълката, или смокинята, или маслината, а казва: „Аз съм лозата, а вие пръчките“. Христос е разбирал много добре естествените науки. Съвременните естественици имат едно схващане за растенията, но то е повече механическо. Те разделят растенията на известни категории, но какво се крие в тези категории, това за тях е тера инкогнита.

Грозде

Червеният мискет усилва кръвта. Мискетът урегулирва мозъчната и симпатичната нервна система.

Димият дава настроение и действа на ума.

Ако искаш да бъдеш сладък, благ, яж грозде.

Който иска да бъде философ, мъдър – да яде грозде, късен плод.

Грозде, зряло на слънце, а после сушено на слънце, е една отлична храна, кондензирана слънчева енергия ще си имате.

В люспицата на гроздето се намират много витамини, които могат да се използват само при много дъвкане. Добре е семките на гроздето да не се гълтат.

Люспите на гроздето трябва да се дъвчат дълго време и тогава действат лечебно.

Ако дробовите ви са слаби и умът ви не работи, яжте грозде. Гроздето лекува дробовите.

Череша

Срещам една череша, питам: „Ти каква си?“ Казва: „Череша. Опитай ме, ще видиш!“ Тогава трябва да я опиташ, за да познаеш черешата каква е, да си кажеш мнението. Ще ѝ кажеш: „Много си сладка“. И тя тогава казва: „Мене ми е приятно, щом съм много сладка, аз ще дойда на гости във вас, ще вляза във вашата приемна стая“. И тя ще донесе писмо. Тази череша носи писмо от вашия небесен Баща. И вие ще започнете да четете. Като изядете една череша, какво сте чели? Всички знаете, че черешите са сладки. Някои са сладки, някои не са толкова сладки. Онези, които са анемични, нека ядат череша.

Червената череша, както и всички червени плодове излязоха от рая. Те са райски дървета. Черешата е красив плод, тя започва с червения цвят. Тя действа разслабително на организма. Ако стомахът ти е стегнат, яж череша и мисли за райската градина. Кой от вас, като яде череша, мисли за райската градина?

Ако искате да станете активни, енергични, отглеждайте череша, главно червени череша.

Който иска да бъде весел, жизнерадостен, нека да яде череша, които зреят рано, в началото на май.

Ако искате да подобрите кръвообращението си, яжте череша.

Ако сте анемични и неразположени, обработвайте черешова градина.

Каква е формата на черешата? О. Това показва едно любовно състояние. Тая валчеста череша съдържа много чувства.

Аз, ако искам да въздействам на сърцето си, ще взема килو череши, ще ги изям. Ако искам да въздействам на своята воля, ще ида при този човек, който е посадил дървото.

Ако искаш да се усили надеждата ти, яж череши. Черешата крие в себе си запас от онази енергия, която подхранва надеждата в човека. Значи, черешата подхранва нашето сърце.

Черешите правят човека жизнерадостен и засилват кръвоносната система.

Черешите внасят жизнерадост, повишават чувството на надежда, внасят радост и веселие. Добре действат на сърцето и кръвта.

Черешата подхранва сърцето.

Черешата – ще впрегнеш сангвиничния темперамент, весел ще бъдеш. Да ядеш череши, значи да бъдеш весел, круша – да мислиш, ябълка – да впрегнеш сърцето си на работа, а дренки – да впрегнеш волята си на работа.

Ако само с череши се храниш, червеният цвят ще те направи много войнствен. Ако се храниш само със сливи, ще станеш религиозен догматик, не набожен човек, но догматик.

Черешите са отлични за симпатичната нервна система и помагат на онзи, който има затягане, запичане на червата. На скръжавия дай череши, плодове.

Смокиня

Смокините са по-полезни за здравето на човека, ако се вземат пресни от дървото.

Слива

Ако искате да усилите вярата си, отглеждайте сини сливи.

Онези, у които вярата е слаба, нека ядат сини сливи. Казвам: комуто е слаба вярата, да яде сливи. Не зелени, зрели. Не презрели, ами точно узрели. Когато зреят сините сливи, трябва да знаете.

Ябълка, круша

Щом искате да изядете една ябълка, ще я държите известно време в ръката си, ще ѝ се порадвате, ще я помиришете, ще се поразговаряте и тогава ще я изядете.

Ябълката се е създала в астралния свят, а крушата и лимонът – в умствения.

Ябълката представлява най-фината мисъл на чувствата. Ако човек иска да образува един изящен характер в своята мисъл, той поне в годината трябва да изяде 34 ябълки, за да може да придаде някаква красота на своята мисъл. Ако иска да придаде някаква хубава форма на своята мисъл, 34 круши трябва да изяде. Крушата, значи ще впрегнеш ума си на работа.

Ябълките тонират нервната система.

Отслабнал си, обезкуражен си, но ядеш ябълки и се освежаваш.

В пътя на развитието си ябълката се е движела по най-малкото съпротивление, стремяла се е към красота и удоволствие.

Който иска да е красив, да яде ябълки.

Който иска да развие благоутробия си, нека яде от валчестите ябълки.

След ядене киселите ябълки са полезни, помагат за храносмилането.

Ако искаш да придобиеш маниери, да имаш добра обхода, яж ябълки. Те предават нещо в характера на човека. Който иска да бъде всякога добре, спретнато облечен, с чисти дрехи, нека да яде ябълки.

Ябълките възстановяват добрата обхода в човека, внасят лекота, възстановяват чувствата.

Ако детето ви е грубичко по характер, хранете го с ябълки, ако му липсват благородни чувства, хранете го с черешки, които едновременно укрепват стомаха.

Ябълката придава следните качества на човешкия характер: прави го благ, мек, снисходителен към хората. Лицето му придобива свежест.

Ако някой иска да стане изящен, деликатен, да знае как да постъпва, той трябва да яде от най-хубавите ябълки, а не от грубите.

Който иска да стане разумен, интелигентен, нека яде круши, от най-хубавите, с продълговата форма и същевременно с хубав жълт цвят, а не от валчестите.

Ако искате да създадете един мек, благороден характер, яжте много ябълки. Ако искате хубава форма на мислите си да дадете, яжте круши. Човек се храни с плодове, за да развие качества.

Крушата е интелектуален плод, тя спада към умствено-жизнения темперамент. Ако искаме интелигентност, трябва да ядем круши.

Ако искаш да развиеш ума си, да придобиеш по-голяма интелигентност, яж круши.

Ако детето е малокръвно, давайте му повече круши.

Ако си болен или неразположен, вземи една зряла круша и си хапни.

Ябълката ще я белиш и тогава ще ядеш, а кората на крушата ще ядеш, но ще бройш крушите, много няма да ядеш.

От крушата нищо не хвърлям. И дръжката запазвам, употребявам я за лекуване.

Праскова, черница, зарзала, кайсия

Прасковите и черниците лекуват стомаха. Като ги ядете, съдвквайте ги добре.

Много здравословно е да се ядат черници, особено са хубави за тези, които имат слаб стомах.

И листата, и кората, и корените на черницата са полезни. Чрез яденето на плодове Бог изпраща своето благословение за всички удове и органи.

Зарзалата също ще бройш, малко ще ядеш. Косъмчетата на зарзалата имат известна киселина, която произвежда цяла пертурбация в организма.

Корицата на зарзалите трябва да се дъвче дълго време.

Кайсиите са полезни за сърцето, те обновяват организма.

Лимон

Лимонът е плод на умствения свят, който се е самопожертвал, слязъл е от полето на Мъдростта, затова е облечен в жълта дреха. Когато някое същество обезсоли поради греха, неговите мисли и чувства не са тъй активни, необходима е за него лимонената киселина, за да събуди активността.

Лимонът се е развивал в такава епоха, когато киселините са имали надмощие. Той е образувал достатъчно киселина в себе си, но представлява незавършен процес, не е разполагал с повече материя да завърши процеса на развитието си, затова е стигнал до умствения свят.

Който иска да мисли, да яде лимони, орехи, варени картофи.

Който е апатичен, всяка сутрин трябва да употребява по едно парче лимон, да се свърже със силите, които действат в него. Киселините на лимона придават активност на човека.

Диня, пъпеш

Ако искаш да знаеш как да работиш с хората, яж дини.

Дините внасят бодрост и разположение.

Динята дава настроение и действа на ума.

Динята е много горделива, затова дава голям плод – да

се изтъкне, да се покаже. Динята, тиквата, пъпешът са тщеславни, правят големи плодове.

Който няма развито честолюбие, достойнство, да яде дини. Който иска да развие достойнството, личните чувства, дини да яде. Ако чувството на тщеславие е слабо, да яде пъпеш – трябва човек да има тщеславие, не може без него. Трябва тщеславие, общителност, не да е като някой монах. Миризмата на пъпеша сякаш казва: „Ето ме, вижте ме, как така ще ме подминавате?“

Щом узрее, пъпешът започва да мирише, привлича, кани да го откъснат, готов е да дава, докато динята е много горделива, тя още не е научила закона на даването. В културно отношение пъпешът седи по-високо от динята.

Растенията най-първо слизат надолу – тогава се разклоняват корените. И там по околен път ще идат до целта си. У растенията има едно непреодолимо желание да постигнат целта си. Никой не може да спре това желание. Аз зная цяла история, защо динята е станала диня. Когато се е зародило желанието у нея да расте, не искали да я пуснат по царския път да влезе в града и тя почнала да пъпли по земята наоколо. Скрила се, да не я виждат нависоко. Никой не подозирал, че тя е влязла в града. Като направила онзи голям плод, взели плода и го внасят в града, а нея не пуснали. Този подтик на динята трябва да имаш. Като видиш динята, да кажеш: „Браво, колко е умна тази диня!“ Щом е могла да направи такъв голям плод, не е глупава динята, тя е много умна. Та в цялата природа това са начини и методи, по които животът постига целта, която providението е положило.

Качеството на нещата не седи в тяхната големина. Един диамант не мяза на диня. Сега, ако вас ви запитат защо динята, едно малко растение, ражда такива големи дини, какво ще отговорите? Диненото семе е по-голямо от ябълчното

семе, а пък туй малкото семе дава голямо дърво. Туй голямото дърво ражда малък плод. Как ще си обясните? Защо динята дава големи плодове, а ябълката ражда малки? Динята е много горделива. Като направи нещо, мисли, че никой не може да го направи. Тя в 34 месеца създава един голям плод. Динята, тиквата, пъпешът правят големи плодове. Пъпешът е тщеславен, динята е горделива. Пъпешът, като го насееш, като порасне, от половин километър говори. Динята е горделива, мълчи. Тя помага на пъпеша. Горделивите хора помада не си турят, облечени са хубаво. Тщеславните колкото мазилки има, турят. Ако търсиш мазилки, в тщеславните хора всичките мазилки ще ги намериш. В природата всички ония вещества, които са тщеславни, отлични мазилки имат. Запример розата е много тщеславна, туберозата, лимонът и той е тщеславен. Кой цвят е най-скромен? Кокичето.

На конкурс излезли пъпешът и динята. Пъпешът турил хубаво ухание, за да постигне целта си. Той е много амбициозен. Искал да стане знатен, да го знаят. Динята станала по-скромна. Скрила своето ухание вътре в червения си плод, в онази разхлада, която дава. Най-първо дошли птичките да ги ядат. Кучетата започнали да ядат пъпеша, а човек дошъл по-после да яде динята. Тя била малко по-умна, затова кучетата диня не ядат. При динята дошъл човекът, затова динята е по-умна от пъпеша. Пъпешът е по-красив и той се готвел за човека, но със своята обхода, със своето знание привлякъл животните, а динята със своята скромност привлякла човека.

Та сега и вие, когато искате да привлечете човека с уханието си, ще привлечете точно обратното, по-нисшите животни. Необходимо е човек да приложи повече сила вътре в себе си, отколкото отвън. Вътрешната сила е по-мощна, отколкото външната сила.

Динята е поляризирана, има южен и северен полюс.

Яжте дини, които са изложени на юг, за да видите разли-

ката между тях и тези, които са изложени при растенето и зреенето на север, запад или изток. Яжте само горната част на дините, а не и долната.

Динята чисти стомаха и червата. След като е стояла на слънце, откъсни и я изяж, но не яж откъсната отдавна. Динята действа ободрително и слабително.

Дините хубаво регулират стомаха, когато има запек.

Динята чисти стомаха и червата.

Сутрин може да се яде по един килограм диня, тя пречиства бъбреците и жлъчката, великолепна баня за всички органи. Хубаво е да се яде един час преди ядене и един час след ядене.

Тиква

Мерили ли сте колко дълги стават тиквите? Каква амбиция има – да направи един такъв голям плод! Тя иска да се прояви. Защо българите са взели този символ, откъде им дошло на ум да казват: „Глава като тиква – голяма, не мисли“. Тиквата, значи, не мисли много. Голяма станала, не мисли; понеже всичко това наесен ще повехне, но тиквата това, което ще стане след 6 месеца, не вижда.

Тиква се яде, когато човек трябва да се научи да не се безпокои.

Слънчоглед

Нашият слънчоглед е много голям. Такъв голям другаде сигурно няма. Той има широчина половин метър в диаме-

тър. Сега е навел главата надолу. И да искаш, не може да дигнеш главата му нагоре. Знаете ли защо се е навел? Той има повече от 1 000 деца. Той казва: „Ушите ми ще изядат!“ Тези 1 000 зрънца са го огънали. Иначе всяко зрънце е на своето място. Значи големите въпроси са навели врата на слънчогледа надолу. Този слънчоглед поне е свършил една работа. Човек не е ли един слънчоглед? Вижте лицето му, и то е подобно на слънчогледа. Слънчогледът има определена посока на движение. Първоначално той отива към слънцето, а после се връща. Следователно всеки човек трябва да посрещне своята мисъл. Слънчогледът показва, че при всичките си постъпки ти трябва да мислиш. Човек може да мисли само когато има светлина. Слънчогледът казва, че вие всички трябва да вървите по пътя на светлината.

Ягода и малина

Ягодите и малините пречистват кръвта, укрепват нервната система.

Ръж, царевица

Ръжта е хубава за ядене. (...) Не устоявате ли на задълженията си, яжте ръж. В ръжта има нещо идеално, тя расте на високо. Тя като влезе в човека, създава висок идеал. Дребни растения – дребни идеали, високи растения – високи идеали.

Ако някой е много сприхав, да яде царевица.

Царевицата ще я ядете цяла, сварена, или на зърна, но не и мляна.

Маслини

На някой стомах дават малко житена чорбица, на друг – малко дървено масло в една супена лъжица. Вие казвате: „Как, живее ли се с тази житена чорбица или с една-два лъжици дървено масло?“ Живее се, разбира се. Чудни са хората! В една лъжица дървено масло има доста слънчева енергия, тя съдържа кондензирана материя в себе си. Тази енергия ще почне да се проявява. Зехтинът е много лековит.

Дренки

Като минават край необработени места, някои казват: „Как не се намериха хора да обработят тия места, че са ги оставили толкова пусти?“ Че пустинята е вътре във вас. При мене са идвали мнозина и ми са казвали: „Пуст е животът ми“. За да не е пуст животът му, той трябва да седи. Ако насадиш един дрян, животът ти ще стане пълен.

Знаете ли, че дрянът лекува много болести? Сега аз не искам да ви говоря за дренките, защото всички ще ги потърсите. Ако си слаб, безхарактерен човек, посей 45 дряна и веднага ще придобиеш нещо в характера си, ще се измениш. Като израсте дрянът и използваш плодовете му, в характера непременно ще придобиеш нещо. И тогава каквато работа започнеш, ще стане.

Дренките лекуват много болести, освен това придават на човека устойчив характер, твърдост.

Когато стомахът ви се разстрои, сварете си дренки или пък яжте пресни дренки и стомахът ви ще се оправи.

Като отидете при някой професор от растителното царство, той ще ти каже: „Ти трябва да насадиш“. Има мисли,

които са от рода на дряна. Ще посадите тези мисли в себе си, да получите плодовете на дряна. Ако стомахът ти се разстрои, яж дренки и тиква и стомахът ти ще се поправи. Тези дренки, за които аз говоря, са способни да мислят и да чувстват. Дрянът е толкова учен, че едно време могъл да излъже и дявола. Като го посадил Господ, дрянът цъфнал много рано. Като видял това нещо, дяволът си казал: „Тъкмо това търся! Понеже рано си цъфнал, рано ще узрееш, ще те избира за мое дърво.“ Дяволът го заградил и чакал час по-скоро да узрее. Но дрянът си казал в себе си: „Аз ще ти дам да разбереш. Аз цъфнах рано, защото мислех, че ще дойде някой учен и умен човек да ме избере за свое растение, но понеже дойде ти, същество, което мисли само за себе си, аз ще узрея най-после. Така ще ти дам един добър урок.“ Както казал, така направил.

Какво дават дренките? Те доставят желязо в кръвта.

Ако сте безхарактерни и отплеснати, като ядете дренки, придобивате устойчивост и издържливост. Бих желал да имате устойчивостта на дренките.

Лешник, орех, бадем

Лешникът е магнетично растение.

Леската огражда, в нея има магическа сила.

Орехите карат човека да мисли.

Главата е скрита като орех в твърда черупка. Забележете, имате три обвивки на ореха. Не може ли да има една обвивка, но три! Една зелена обвивка, тя е свързана с физическия свят, втората – с духовния свят, а самият орех е Божественият свят.

Външната обвивка на ореха става за цял. Мазоли може да лекуват с нея.

Можеш да ядеш орехи колкото искаш, на детето по-малко ще дават, те съдържат органически йод, който в по-голямо количество причинява отравяне. Добре е сухата кожица на ореха да се маха.

Орехът е една необходима храна – пресните орехи са богати на витамини. Те укрепват нервната система – 10 ореха се равняват на една инжекция с бром. Десет дни могат да се употребяват и десет дни почивка. Поне 100 ореха да се изяждат на годината. Всеки ден поне по 3 ореха.

Бадемите са полезни за сърцето.

Силно калорични храни са всички видове ядки.

Всички ядки са крайно полезни, те имат извънредно ценен елемент за поддържане на живота.

Бързаме ли, можем прекрасно да се нахраним с десетина ореха, бадеми или фъстъци.

Морков, зеле, ряпа

Чрез морковите става примирение със земята, чрез зелето – с небето. Зелето доказва, че земята е валчеста. Каквото е зелето, такава е и земята.

Ако вярата ви е слаба, обработвайте зеле.

„Слабият във вярата да яде зеле“, казва апостол Павел. Човек, който има слаба вяра, е страхлив.

Знаете ли колко болести лекува зелето? Яжте прясно зеле и ще се освободите от много болести.

Яжте зелето сурово, но го дъвчете хубаво. Употребявайте моркови, ряпа, варени картофи и малко сол и масло.

Ако ви болят очите, яжте стъргани моркови с лимон и зехтин. А за всичко пийте сок от портокал – глътка по глътка.

Хубава салата става от ситно нарязан праз, настъргани моркови и ряпа.

Ряпата, морковите могат да се настъргват.

Който има големи мъчнотии, да яде ряпа. Ряпата се взима като символ на преодоляване.

Захарно цвекло

Захарното цвекло е във връзка с очите и лекува очите. Върху болните очи се налагат резени от варено захарно цвекло и водата се пие.

Чесън

Представете си един човек, който постоянно все рита, сърди се, той не мяза ли на чесън? А един благ човек мяза на диня. Следователно един лош човек и един добър човек по какво се различават? Какво има в състава? Тогава, ако произходът на всички лоши хора е все от чесъна, всеки, който мине през чесновия лук, мяза вече на него. Чесъна поставят в семейство лилиецветни, има луковица и числото 6 и 3 в цвета.

Старостта не е нищо друго освен задръстване на кръвоносните съдове: артериалната и венозна система се задръства с кал. Артериите и вените се напълват с кал, с утайки, които трябва да се махнат. Лекарите препоръчват да се яде чесън.

Това средство е добро, защото то увеличава вибрациите на организма.

Чесънът лекува. Когато имате болки в сливиците, вземете лют чесън. Те са отлични хапчета. Чесънът действа отлично и за тези, които страдат от безсъние.

Чесънът е извънредно ценен продукт за човека и е дезинфекционно средство. Той е магическо растение и служи като предпазно средство. При възпаление на трахеята всяка вечер се взима по една скилидка чесън, като бавно се дъвче.

Чесънът е добро лечебно средство. Когато иска да дезинфектира устата си, или да подобри състоянието на стомаха си, или на гърдите си, човек трябва да яде чесън. На болния може да се предпише чесън, но не и на здравия.

Страшно нещо е грехът! Той е най-силната отрова, най-лошата миризма, която хората познават. За да се неутрализира силата на греха, хората се принуждават да ядат чесън. Подобното с подобно се лекува.

Нервният човек да употребява чесън за успокоение.

Може да направите следния опит. Вземате чесън, изваждате го във в някое шише. Когато някой заболее от неврастения или е в аномално състояние, този чесън го поставяте цяла седмица във, когато нощите са ясни, за да може чесънът да възприеме светлината от звездите. Като се дава този чесън с лъжичка и болният се лекува. Светлината, възприета от чесъна, като влезе в човека, помага. Но трябва да знаеш как да го направиш. Всеки може да вземе чесън, всеки може да го тури. Трябва да знаеш (всяка нощ си има своето време) как да го направиш.

Чесънът предпазва от зарази и да се яде от здрави за здраве.

Лук, праз

Някой иска да знае какво нещо е лукът и започва да обелва люспите. Има 20 люспи, отгоре има една тънка люспа, после има лютив вкус малко. Какво е лукът? Но оставете го, лукът си е лук.

Лукът може да служи и за храна, но лукът първо е лечебно растение. То е тоническо растение в природата. В него лютевината е преходна. Щом го туриш в топла вода, лютевината изчезва. Някой лук е по-сладък, друг е по-лют. Степени има на лютевината. Има и сладчина. Някой лук е опреснителен. Той има едно опреснително свойство. И научно може да се опише лука, свойствата му. Но казвам: лукът е тоническо растение. В органическия свят този лук е за хората и за животните. Всички тонира.

Лукът тонира цялата нервна система.

Българинът обича много лук. Понеже не може да мисли, той много лук яде, и прав е.

Не си добър, ще ядеш печен лук и печени картофи.

В люспите на лука са витамините, във външните люспи няма толкова витамини.

Хората хвърлят най-ценното на лука – червените люспи, в които има най-много слънчева енергия. Водата от тях е лековита.

При прازа най-витаминозни са външните листа. Суров се препоръчва против хрема.

Яжте суров праз против треска.

Който иска да стане здрав, да посади лук. И лукът като порастне, каквото добие, предава и на вас, ще ви даде здраве.

Който страда от очи, да реже лук; ако очите на някого се зачервяват, също да реже лук.

Никога не кълцайте лука, когато го приготвявате за ядене, никога не го режете на ситно! Разрежете го на две половини и така го сложете в яденето.

Лукът не трябва да се пържи, а да се пуска в кипяща вода, нарязан на по-едро. Суровият лук е полезен и против ракови заболявания.

Който иска да бъде здрав, да яде кромид лук суров, непържен. Само болният от гръдни болести може да яде пържен лук като лекарство.

Ако искате яденето ви да стане вкусно, може първо да опечете лука и после да го варите, но в никакъв случай да не се пържи. Лукът е лековит, когато се яде суров, варен или печен, но не и пържен.

С пърженето на лука се губят летливите му масла, в никакъв случай не го пържете, дори препоръчвам да го ядете суров.

Този глупав наглед лук е философ, ще ти даде нещо. Казваш: „Ядох лук и оздравях“.

Леща, боб, зелен фасул

Лещата има връзка с очите, тя засилва очите.

Бобът е много умен. Че е умен показва, че свинете не го ядат. Ако ще го ядат, човек да го яде.

Бобът действа лечебно, пречиства и е хранителен. Когато си мрачно настроен и изпитваш песимизъм, яж боб. Но ако се яде много, заболява се от болестта подагра. Да се яде всеки ден не е полезно, един път в седмицата е достатъчно. Човек, който е скръжав, не бива да яде боб, защото ще стане още по-скръжав.

Яде ли човек боб, той ще стане здрав, ще развие твърдост. Българинът много употребява боб, вследствие на което е твърд в убежденията си.

Никога не яж стар или недоварен боб! Той е символ на човешкия егоизъм. Хранителен е, много дава, но и много взима.

Бобът е голям егоист. Който яде боб, той ще научи закона на щедростта. За да даде бобът нещо от себе си, вие трябва да го прекарате през ред страдания: да го печете, варите, мачкате, докато стане по-мек, по-добър. Същото се отнася и за човека. Когато човек страда, той става по-мек, по-добър, прилича на варен боб.

Старите хора знаят много хубави начини за лекуване, пък и в храненето са имали правила, които са много ценни.

Старите българи са изхвърляли първата вода на боба като нездравословна, а с втората варят боба. Бих желал българите да се върнат към старите народни обичаи, които са почивали на много важни психологически закони и имат добри резултати.

Фасулът трябва да се вари в две води най-малко, за да се извади от него нещо. Първата вода се изхвърля, може да се използва за чистене на лекета. Да се вари само с кромид лук и нищо друго. Никаква мазнина, и люспата му да се маха.

За да излезе нещо от боба, трябва да го варите най-малко три часа.

Като варите боб, не го солете.

Една от главните храни на българина е бобът. Искате ли да се ползвате от хранителността на боба, гответе го без приправки. Бобът не търпи никакви приправки. Варете боба с чиста вода и една-две глави лук, без дървено масло. Като го сварите, турнете малко сол. Турите ли дървено масло, вие ще го развалите. Бобът съдържа в себе си специално масло, което не се съгласява с останалите масла. Бобът не приема нито чушки.

Сейте боба на чисти места, изложени на слънце. Никога обаче не яжте боб, който е седял в избите ви повече от една година.

Бобът е силна и мъчносмилаема храна, не бива често да се яде. Яжте сливи, круши, ябълки, кайсии, червен лук и други. Садете си градини с дръвчета, за да имате винаги пресни плодове и хубава храна.

Ако се храни изключително с месо, човек огрубява. С какво може да се замени месото? С боб. За да бъде лесносмилаем, трябва да се хвърлят люспите му. Тогава той е отлична храна. Добре е поне един път в седмицата да се яде боб.

Бобът се яде веднъж в седмицата – препоръчва се съботата и то без мазнина (самият боб си има мазнина, която се разрушава от другата). В събота е за предпочитане да се яде, защото бобът е сатурново растение, а съботата е под влияние на Сатурн.

Едно време, когато фасулът за пръв път дошъл на гости на човека, започнал много внимателно да го разглежда и изучава, и се влюбил в бъбреците му. Щом се влюбил в бъбреците на човека, той взел тяхната форма. Вследствие на формата,

която днес фасулът има, той играе важна роля в човешкия организъм. Водата на фасула, като минава през бъбреците, пречиства ги. После минава и през пикочния мехур, и него пречиства. Благодарете на фасула, който пречиства бъбреците ви, за да функционират правилно.

По външна форма бобът прилича на бъбреците, следователно, той се отнася към тази система, която чисти организма. Когато човек иска да се освободи от някои нечистотии в себе си, той трябва да яде боб, но ако го яде повече отколкото трябва, не е добре.

Като ядете боб, няма да мислите, че ще станете красиви, но той е един добър слуга. Като влезе у вас, той ще вземе метлата, ще събере всички нечистотии на едно място и ще ги изхвърли навън. Той е като някое лекарство. След като изхвърли нечистотиите навън, все ще остави нещо от себе си. Ако ядете много боб, от него може да се явят някои болести. Имайте предвид – опасна е твърдата обвивка на боба. Нея нито буболечиците ядат, нито свинете ядат. Всички имат страх от тази черупка. Бобът не е прост, той е учен. Създал си е една твърда черупка и казва: „Който смее, нека ме бутат!“ Той позволява само на човека да го яде. Той казва на човека: „Ако ме обичаш и ако ме свариш добре, аз мога да вляза в тебе и да ти направя една услуга“.

Черният боб развива интуицията.

Зелен фасул се употребява при заболяване на сърце, магданоз – също.

Краставица

Краставицата си е краставица. Тя се влече по земята, никога не може да расте. Краставицата е еротична, своенравна е краставицата, по-своенравно същество от краставицата няма във формата, която е дадена. Казвам: ако ти постоянно ядеш

краставица, у тебе ще се усили своенравието. Трябва да знаеш с каква друга храна да я хармонираш. Тя е един елемент. Когато човек е нервно изтощен, да яде краставица. Соковете на краставицата обновително действат на човека, но ако той е много здрав и яде краставица, тя е много възбудителна, обича да се сърди, побива хората малко.

Който е анемичен, да яде краставици.

Краставицата е добра за нервната система.

Когато човек е нервно изтощен – да яде краставици. (...) Краставицата лази по земята, на високо не расте, но краставичният сок действа обновително на човека.

Краставицата действа благотворно върху нервната система, но да се яде сутрин и на обяд, яде ли се вечер, тя се отразява зле върху стомаха. Вечер краставица не трябва да се яде.

Домат, пипер, магданоз

(В своето развитие) домати по-далеч от стомаха не е стигнал.

Доматите регулират кръвообръщението.

Който се обезсърчава, да яде червени домати.

Ако искаш да се зачервиш, яж домати и черешки.

Ако искаш лицето ти да се оправи, яж пипер.

Пресните домати, краставици, сливи и пр. като храна, са метод за укротяване на човека.

Магданозът е силно витаминозен, може да се използва освен за подправки, и за лекарство – уравновесява кръвното налягане, пречиства и засилва кръвта.

Грах

За нервната система много е добре да се подложите на грахова диета. Месец, два, три да ядете само грах, онзи ранният, млечният грах. Нищо няма да ви струва да опитате.

По 3 пъти на ден яжте грах и кожата ви ще стане бяла, лицето ви ще стане красиво.

Искате ли да сте бели и с хубав тен, вместо да се пудрите и мажете, ще ядете няколко месеца грах.

Грахът е добро козметично средство, трябва да се вари без масло и с малко сол.

Иска ли да стане красив, човек трябва да яде грах.

Спанак и коприва

Светлите мисли, благородните чувства и продължителното ядене на спанак и особено на коприва, могат да почернят косите ви.

Картофи

Картофите придават само едно качество на човека: правят го доволен, да се задоволява с малкото. Особено ако е при неблагоприятни условия.

Топлите варени картофи намаляват температурата, дейс-

тват благоприятно върху мозъка, съдържат мозъчен екстракт.

Картофите ги сварете и ги яжте с малко сол и пипер.

Картофите да се ядат обварени и то докато са горещи.

Когато картофите се обелят и се приготвят да се сложат за готвене, те не трябва да се държат във вода, а веднага да се готвят. За картофената яхния не е нужно повече от 20 минути варене. Възрастните е хубаво да ядат един ден само картофи.

Ориз

Оризът като храна благоприятства при съзерцание и медитация.

Бамя

Бамята дава на човека мекота в характера.

Патладжан

Сините патладжани успокояват.

Фигус

Добре е да отглеждате фигус. Наистина, фигусът е безплодно растение, но дава нещо от себе си. Който иска да забогатее, нека отглежда фигус. Той внася спокойствие и разположение в човека. Фигусът е за учените хора.

Дъб

Дъбът е Юпитерово растение. Когато човек иска да бъде устойчив, да яде жълди. Жълдът е лековит.

Ти сам създаде болестта си и след това отиваш при Бога, искаш да те лекува. Бог никога не лекува болести, които Той не е създал. Ако страдаш от белите дробове, той ще те изпрати при тинтявата. Ако кашляш, ще те изпрати при черния пипер. Ако нямаш вяра, ще те изпрати при зелето. Ако страдаш от безлюбие, ще те изпрати при хляба. Хлябът ще те научи как да любиш.

Теменуга

Теменугата се употребява като чай и лекува задух.

Лен

Лененото семе е хубаво за разслабване на червата.

Равнец, тинтява и лайкучка

Вземете си малко равнец, пийте малко и ще ви мине кашлицата. Лятно време събирайте всинца равнец, всеки вкъщи да си има набран равнец – бял и жълт, та който не може да се лекува с волята си, да пие тия треви. После ако ви боли стомах, да имате от синята тинтява. Наберете си, те са магнетически растения, които помагат. Наберете си още мащерка, зелени листа от ягоди, и те са лечебни. Наберете си и от дребна лайкучка. Ще си имате цяла аптека стъкленички. И тия листа и цветове, като ги затворите в шишенца с похлупачки, турете ги на слънце да се пекат, да приемат още енергия от слънцето. Не ги туряйте на влажни места.

И между растенията има някои със сприхав характер. Запример пелинът има сприхав характер. И лайкучката не е много мека. Тя действа особено лековито. Ако не сте разположени, ако нямате апетит, пийте няколко дена подред лайкучка. Сварете си всеки ден прясна и пийте сутрин, на гладно сърце, по една чашка. Като правите това 34 дена наред, разположението и апетитът ще ви се възстановят.

Белият цвят на лайкучката показва чистота и щедрост, тя е готова да се жертва. Жълтият цвят на тичинките ѝ показват разумност. Горчивината ѝ показва, че има нещо, което не е от висока култура. Горчивият вкус на някои растения показва, че те се отнасят към солите. Солите биват на вкус солени, солено-горчиви, солено кисели или стипчиви. Ако човек не разбира сладкия вкус на нещата, тогава иде соленият. Ако и соления не може да разбере, иде горчивият. Щом разбере горчивия, соленият ще дойде. Щом разбере соления, ще дойде сладкият вкус. Лайкучката казва: „Аз съм горчива“. Но като разбереш горчивото, ще дойде соленото. Щом разбереш соленото, ще дойде сладкото.

Най-силните храни са сладките, но трябва да знаете как да преработите тази сладчина. Ако организмът не може да я обработи, тя ще причини в него захарна болест – диабет.

Сладките храни смекчават характера. Ябълките, крушите, черешите и другите плодове ще внесат в характера ви такива елементи, каквито съдържат.

Бог се проявява като велик стремеж, като благородство във всички хора, във всички народи, и то не само в хората, но и в животните, и в растенията. В сладките плодове има известно съзнание, по-високо от това на другите растения, заради което те са готови да жертват нещо от себе си. Горчивите плодове, обаче, не са просветени, нямат любов в себе си, вследствие на което образуват горчивите сокове.

Всички плодове на земята, с малки изключения, в началото са горчиви, после стават стипчиви, кисели и най-после сладки. Растенията имат знание, те могат да превърнат горчивината, изваждат горчивите елементи и ги заместват със сладки. Някои от растенията не си правят този труд, затова плодовете им остават горчиви.

Горчивите неща имат дълги вълни, а сладките неща имат къси вълни. Всичките плодове, които имат дълги вълни, са горчиви. Които имат къси вълни, са сладки.

Ако искаш да станеш добър, мек, яж сладки работи: череши, сливи, круши, ябълки, портокали, каквото и да е сладко. Ако искаш малко енергичен да станеш, яж кисели работи, както българина например – туршии, вишни и прочее.

Причината, загдето българите обичат да ядат кисело е, че те живеят в гъстата материя, за разработването на която са необходими киселини.

Полезна е лимонената киселина, но взета в умерено количество, ако се взима повече, отколкото трябва, ще се отнеме топлината на организма, ще се наруши кръвообращението, ще се свият капилярите. Повече от един лимон на ден да не се употребява и то изцеден в една чаша гореща вода.

Не бива да се ядат само сладки храни. Горчивите работи лекуват болестите. Горчивите работи и горчивините предпазват човека от много злини.

Горчивият вкус на някои растения показва, че те се отнасят към солите. Солите са солени или солено-горчиви, солено-кисели или стипчиви.

Сладките и мазните храни дават мекота, солените – равновесие. Горчивите трябва да се употребяват в изключителни случаи, те тонират, а киселите активизират, дават енергия.

Туй, което е сладко, не е животът и туй, което е горчиво, и то не е животът. То е забавление. Сладчината в живота е необходима само за да придаде мекота в характера на човека. Горчивината е необходима, за да даде стабилност.

Нервните хора трябва да употребяват сладки храни, а флегматичните – кисели.

Хора с еднакви енергии се отблъскват и се проявяват грубо едни към други. Това се забелязва особено между господари и слуги. Слугата може да смени състоянието на господаря си, да му повлияе по някакъв начин. Как? Чрез храната. Ако господарят му употребява една храна, той трябва да употреби друга, противоположна на първата. Чрез храната в господаря и в слугата се развиват два вида магнетизъм, които взаимно допълват нуждите и на двамата. При това положение господарят не се гневи на слугата си, но е доволен от него. Като го види, той му се усмивва, разговаря се приятелски с него. Значи, ако господарят яде кисели храни, слугата трябва да яде сладки храни, за да уравни енергиите на господаря си. Този закон работи в цялата природа, затова едни хора се хранят с кисели храни, а други – със сладки. Този закон наричаме „закон за уравниряване на силите в природата“.

Искате ли да направите човека човек, турете му в живота нещо горчиво. Искате ли да го направите ангел, турете му нещо солено. Искате ли да го направите Божествен, турете му нещо сладко. Някой казва: „Аз искам да стана Божествен човек“. Ще ядеш сладко. „Искам да стана ангел.“ Ще ядеш солено. Ангелът не е като човека. Христос казва: „Ако солта избезсолее, трябва да се хвърли навън“. В каквата доза да вземете истинската сол, тя носи живот на човека. Като яде солено, умът на човека се прояснява. Изобщо киселите и солени работи събуждат активност в човека. Безвкусните работи не събуждат никаква енергия. Горчивите работи също събуждат енергия в човека.

Солта носи живот, в малки количества, разбира се. Като яде солено, умът на човека се прояснява.

Малко сол ще ядете.

Сол ще вземете на върха на една игла, в микроскопическо количество. Колкото се закачи на върха на иглата, толкова сол ще сложите в яденето. Много сол изсушава.

Без сол ще приготвявате яденето – оставете всеки сам да си соли яденето колкото иска.

Хората имат достатъчно сол в своето тяло. Солта произвежда онова вътрешно здраве, тя пази едно равновесие или един баланс в кредита, който човек има. Който има сол в организма си, не е изложен на големи катастрофи. Щом обезсолее, той умира. Смъртта ще дойде, но да не е рано. След 120 години ще дойде.

Хора, които ядат люти чушки, люти храни, лесно се гневят.

Ако сте се простудили, може да си хапнете нещо люто. Лютото лекува.

Да си близнеш лютиво за цял може, за треска може, но ако мислиш, че след като ядеш люто, човек ще станеш, празна работа е.

Лютите чушки помагат против треска, но за здрав човек те не се препоръчват. Също така не се препоръчват и много кисели и сладки храни. Ако човек прекара целия си живот в охолност и безгрижие, той ще придобие голяма мекота, която не е намясто. Това е мекота без пластичност, такава мекота разваля човека. Ако пък употребява много кисели храни, човек придобива повече енергия, отколкото му трябва,

вследствие на което става много остър. Всяка храна трябва да се употребява в такова количество, каквото е нужно за организма. Всеки трябва да познава организма си и да го храни със съответна храна както във физическо, тъй и в психическо отношение, в смисъл на добри мисли и чувства към хората.

Нетърпелив си – ще поемаш храна, която съдържа метали, в малко количество, разбира се. Ще вземеш и малко храна, която съдържа киселини, ще ядеш и храни, които образуват основи, за да се образува едно съединение – сол, да станеш по-търпелив; ще правиш ред опити, докато стигнеш до тези храни, които ще са най-добри за тебе. Ученият знае кои храни са полезни за него. Някой яде само сладкиши и сладки работи, но това е крайност. Друг пък не яде сладко – това също е крайност. Сладките храни правят човека мек, основа има повече. Киселите храни правят човека активен, но трябва да се образува между сладките и киселите сол, равновесие да има. Лютите храни правят човека буен, решителен, смел, енергичен, гневлив. Важно е да мине храната в твоята мисъл и чувство. Ако ти след като ядеш не усещаш, че енергиите на влязлата храна са изменили твоята мисъл, изменили са твоите чувства, ти още нямаш основа.

Що е сладчина? Ще кажеш, че това, което не е горчиво, е сладко. А що е горчиво? „Това, което не е сладко.“ Това не е обяснение. В сладчината има друго нещо. Според мене това, което внася в човека известна мекота, което удължава неговия живот, което разширява ума и сърцето му, което укрепва волята му, това е сладчина. Значи тя е храна за света. „Защо съм нервен?“ Нямаш сладчина в живота. При това положение ти можеш да убиеш човека. „Как ще го убия?“ Като му кажеш 999 горчиви думи. Ако мъжът казва на жена си по 999 горчиви думи на ден, той ще я убие. Изобщо отсъствието на сладчина в човешкия живот води към смърт. Плодовете на забраненото дърво не бяха още сладки. Сладките храни

са женски, а киселите – мъжки. Ако искаш да станеш мъж, яж кисели храни, ако искаш да станеш жена, яж сладки храни. Който яде сладки храни, ще стане безсмъртен. „Докажи това!“ Доказването е за учените. Ако си прост, трябва да се учиш. Аз съм учил хиляди години, докато дойда до тази истина. След хиляди години и ти ще се домогнеш до тази истина.

Сокове и отвари

Соковете се пият сутрин на гладно с промеждутък най-малко 40 минути, по една чаена чаша. Може и 23 пъти да се пият, но да се спазва промеждутъка от 40 минути.

Соковете не трябва да надминават 600 грама.

Лимоните са богати на витамин „С“. Сутрин да се изпие една чаша кипяща вода с половин изстискан лимон, една лъжица мед.

За укрепване през пролетите може да се изкарва режим от 10 дни – два лимона и по 150–200 г мед.

Ако изпадне във физическо неразположение, човек трябва да изпие сока на 23 лимона със захар, а след това да изпие сока на няколко портокала. Сокът на лимоните и портокалите възстановява доброто разположение на духа, подобрява състоянието на стомаха.

За лекуване против склероза – сок от целина и моркови. Шипове също с целина се лекуват.

Сок от лук с много захар – половин кафяна чашка сутрин на гладно – лекува гастрити, чревни болести.

Сок от грозде укрепва червата. Може да се кара със сок

цял месец, но само сутрин, а през деня с обикновена храна. Не пропускай режима от сокове през пролетта и през зимата! През пролетта, когато организъмът е изтощен, трябва да се обнови, а през есента ще го запасим с повече жизненост.

Сок от ряпа – полезен е за жлъчката, да се пие на гладен стомах 30 минути преди закуска (може да се сложи в сока и малко захар).

Тези, които кашлят, да настържат черна ряпа и от сока ѝ всяка вечер ще изпиват по една кафяна чашка. Отлично действа и на стомаха. Ще вземате и по една скилидка чесън с малко сол. Това ще правите всяка вечер, докато кашлицата изчезне.

Ако стомахът е разстроен, свари ряпа и пий сока ѝ. Щом оздравееш, може да не ядеш ряпа. Ако стомахът е слаб, пий по една малка чаша чисто, домашно вино. Щом оздравееш, никакво вино не се позволява! Не се позволява ферментиралото вино, а сладкото, чисто вино за болни стомаси – може.

За силно изтощен организъм е хубаво да се направи следното: взима се една шепа просо, ечемик, ръж, овес и жито, поставя се в 2 литра вода и ври, докато остане 1 литър вода. Пие се след ядене. Пречиства и усилва кръвта.

Ако животът на моя приятел е тежък и той страда, ще му кажа да вземе с три пръста цвят от пелин, да го тури в джезве с вода, да го държи около 5 минути да клокне. И така, всеки ден около 10 пъти, 10 дни да пие от тази вода по една чашка, без захар.

Ако сте неразположени, пийте 10-ина дни подред лайкучка на гладно, сутрин. В нея има нещо меко и лековито. Белият цвят показва, че тя е чиста и лековита, и щедра, готова да се жертва. Жълтият цвят показва разумност.

Мляко

Ако искате да сте червени, ще дишате, ще пиете мляко и по малко домашно вино.

Кравето мляко е нужно за организма на детето, но ако цял живот човек се храни само с мляко, той ще остане назад в развитието си, особено в интелектуално отношение.

Ако възрастният човек се храни дълго време с мляко, ще осакати стомаха си.

Да се дава ли мляко на децата? След 7-та им година може да им давате мляко от животни.

Млякото е добра храна, но да го вземате от здрав човек и от здраво животно.

Кое мляко е по-безопасно за децата – овчето или козето? Козето. Не само по-безопасно, но и по-здравословно.

Козата от охтика не страда. Здраво е козето мляко и здравословно за болни хора.

Сърдечно болните и белодробно болните да пият козе мляко.

Киселото мляко продължава живота, но ако прокисне, го разваля.

След като си боледувал дълго време, ще пиеш всяка сутрин по половин килограм прясно мляко, краве, от здрава крава или биволица, но най-добре е, ако има възможност – от коза. Важното е млякото да е прясно, от здраво животно.

Маслото трябва да е прясно, да се държи на тъмно, сухо място.

Ако някой страда от туберкулоза или рак, да яде кисело мляко – три години най-малко по три пъти на ден да го яде, за да има минимално подобрение.

Изгореното място първо намажете с кисело мляко.

Мед

Ако човек яде много мед, има опасност да развали стомаха си.

Да ядеш много мед е опасно, ще се разболееш, съвсем малко да ядеш е хубаво, но никак да не ядеш, не е хубаво.

Ако сте пчелар и ви дойде някой на гости, почерпете го с най-хубавия мед, от белия мед. На пчеларя, ако обича Бога, пчелите дават най-хубав, бял мед.

Ако имате на разположение мед и масло, няма защо праз да ядете.

ЖИТО

Качества

Житното зърно, като поляризирано, показва едно определено състояние. За мен житото е много умно. Това показва една черта на голямо безкористие. Много е добра формата на житните зърна. Ако има една форма на безкористие, то е на житото – то има много красива форма. Даже обърнете внимание на следното: като гледаш дълго време житните зърна, приятно ти е.

В хляба се крие Божественият живот, в него се намира Божественият Дух. В житото се крият най-мощните сили, най-благородните сили на живота. Житното зърно е излязло от Бога, както и ние.

Житното зърно е емблемата на човешката душа. То представлява велика история в развитието на природата. Ако вие можехте да разгърнете листата на житното зърно, да проследите неговото развитие, щяхте да разберете напълно историята на човешката душа. Както житното зърно пада в земята и умира, както то пониква, израства и дава семе, същото става и с човешката душа. Може за вас житното зърно да представлява нещо много скромно, нещо, което няма никаква цена – 1/16-хилядна част от килограма. Колко е неговата цена, когато един килограм струва един грош? Обаче в житното зърно има сила, възможност, дух на самоотричане, с която сила то храни себе си и другите. И когато вие седнете на трапезата, не мислите никак за житното зърно, не знаете каква радост то внася във вас, какви мисли то носи. Вие не знаете неговия произход.

В един килограм, ако е по-хубаво житото, се съдържат близо 1415 хиляди зрънца. Колкото житото е по-недоброкачествено, толкова количеството се увеличава, пък колкото житото е по-доброкачествено, броят на зърната се намалява.

Най-хубавото жито има приблизително 1012 хиляди зрънца в килограма.

Житото е първична материя и в далечното минало то е било по-едро и по-хранително, и по-вкусно.

Някога житото е било много едро и хубаво във вид на малки самунчета, както днес са ябълките и крушите.

Житото е дошло на земята да облекчи човешкия живот. Преди идването на житото на земята човечеството е имало такива страдания, каквито не можете да си представите.

Съвременното човечество носи страданията на всички минали жестокости, които са се вършили на земята преди слизането на житото между хората.

Едно житно зрънце е внесено в света, но то храни цялото човечество. Също така и ябълката, и крушата не са дошли колективно.

Ако отворя архивата на природата и прочета, ще видя, че един ангел е донесъл първото житно зрънце на земята. Вярват ли в това? Това е станало преди 250 милиона години. „Тогава земята не е съществувала!“ Можем да приемем тая истина, ако намалим годините, вместо 12 месеца, ще приемем, че годината се е състояла от три месеца. Според мене, тогавашните години са били по-дълги от сегашните.

Числото 250 представя основен закон на битието. Двойката представя принцип на Божия Дух, а петорката – принцип на човешкия ум. Следователно преди 250 милиона години житното зърно е било внесено в умствения свят. То е расло първо в човешкия ум, т.е. в мозъка на човека. То постепенно е слизало от умствения свят, докато е дошло на земята. Ние днес не знаем истинската му стойност. Само след големи изпитания човекът ще разбере стиха от Евангелието, където Христос казва: „Аз съм живият хляб, слязъл от небето, който Ме яде, той има живот в себе си“.

Житните зърна и всички сладки плодове показват какви са жителите на слънцето.

Житото има цвят, подобен на златото. Житото е слънчев плод, който е минал през Венера, плод, който означава Любовта, но Любовта във формата на жертва. Житото е дошло да прогресираща в света. Всичките житни зърна са на училище. Те изучават първата степен на жертвата. Следователно онова съдържание, което ние приемаме от житото, то е тяхната мисъл – те искат да се жертват и в тази жертва носят Божествен живот, който раздават. Като раздават този живот, те се учат и се запознават с хората. Едно житно зърно, когато го изяде който и да е човек, то изучава характера на този човек.

Житните зърна са разумни същества, които са слезли от небето и са станали жертва за хората, за да могат те да се повдигнат. Животът на Бога е скрит във всяко зърно. Чрез житото Бог се жертва за тебе.

Заради жертвата, която житото прави за нас, ние обичаме житото повече, отколкото другите растения.

Всяко житно зрънце носи със себе си съзнание и Божествена мисъл. Засега най-хубавата храна е житото и плодовете.

Във всяко житно зърно се крие по чуден начин частичка от Божествения живот.

Житните зрънца са Христовото тяло. Веществото на житото са соковете, манната, с която ангелите се хранят. Житното зърно е емблема на Христа. И във всички плодове, които имаме, Христос се олицетворява в своята чистота.

Ако е въпрос за химия, за физика, икономика, житното зърно знае повече от човека. То лесно се справя с мъчнотииите. Ако някого от вас поставят при условията на житното зърно

но, нищо няма да направи. Като ядеш житното зърно, кажи: „Господи, научи ме как да придобия изкуството на житното зърно“. Ако търсите Христа, ще Го намерите скрит в житното зърно. Затова Христос казва: „Аз съм живият хляб, слезъл от небето“. Житните зрънца са малките самунчета, слезли от небето. И след всичко това очаквате да слезе Христос от небето. Той е слезъл, и всяка година слиза в милионите зрънца, които ние ядем.

Аз мога да докажа на учените, че Христос е скрит в житното зърно. „Как ще се докаже това?“ Ще взема едно житно зърно, ще го поставя на силно увеличение и ще видите, че в него е скрит зародишът на човека. Който знае законите и условията за развитието на човека, като постави това зърно при тези условия, от него ще излезе какъвто човек искате – талантлив, гениален или светия. Знание е нужно за това.

В онзи свят може да отиде житото. Ако ти си сварил жито за един умрял с Любов, то житото ще отиде, твоята Любов. Понеже житните зърна са разумни същества, които са станали жертва за хората, тези разумни същества се жертват.

Обичай житните зърна и всякога ще бъдеш доволен.

Същината на житото се крие в този елемент, който химикът не може да открие при анализата.

Житните зрънца съдържат в себе си потенциална енергия, която като влезе в организма на човека, се превръща в кинетическа. Житните зрънца са се явили на земята преди човека.

Който иска да стане идеалист, да се храни с овес. Ако искаш да бъдеш здрав, да придобиеш мускули, сила, яж жито. Засега най-силната и здравословна храна е житото.

Онзи, който иска да реформира, да организира своето тяло, той първо трябва да се храни с жито, ориз, царевича,

а после с плодове. Ечемикът не е за препоръчване. Той предизвиква затлъстяване на организма.

Просото като житото на хляб не става, но някой път просото може да се употреби за цяр. Просото е дребничко, влиза там, дето житото не може да влезе. Едно време, когато отивали всички растения да воюват за своята свобода, останало просото да храни света. Дотогава то заемало най-ниската служба, житото било на първо място, и то попитало житото: „На баница да ставам ли?“ Житото му казва: „Ти стани на хляб, че за баница остави“. Баница от просо никога не можеш да направиш. Просото е най-скромното. Хляб може да стане от него, просеник; лесно се чупи, не е жилав, няма да се мъчиш, понеже просото е неустойчиво. Хората не си правят хляб от просото, мъчно се обработва просото.

Засега най-хранително е житото – то е дошло от Венера, то е растение на Любовта. Хората, ако ядяха просо, много дребнави щяха да станат. Житото е много устойчиво, много устойчив характер има. Оказва се, че близо от 6 000 години (това трябва да се провери) жито, което е намерено в египетските гробища, като се посее, израства. Устойчиво е житото.

Единственото растение, което напълно и съзнателно се жертва, е житото. Също ечемикът и царевицата се жертват, но не така, както житото. Крушите, ябълките и другите плодове наполовина се жертват. Може да ядете месо, сирене, яйца, но те не могат да създадат у вас чисто тяло, нито благоденствен ум.

В първа октава житото е в хамбара, във втора октава житото е посято на нивата, в трета октава житото е вече израснало, в четвърта октава то е вече цъфнало, а в пета октава то е вече узряло.

Зрялото жито е пета октава. Как е станало? Труден въпрос. Как ще вземеш „до“ в пета октава? Само узрялото жито знае

какво нещо е „до“ в пета октава. Пет октави и пианото няма. Като дойдеш до 5-та октава, ще бъдеш като житото, за тебе страданията няма да са нищо. Онзи, който е узрял плод, и да го мелиш, не страда. Житото, след като го смелят, опекат го, като влезе в човека, пак израства, пак расте. Трябва някой път да направите опит, когато цъфти житото и когато зрее, да минете през нивите и да почувствате онова ухание, което житото има. Много е приятно. Най-приятното ухание, което човек може да има, е когато житата зреят, или когато житата цъфтят. Човек трябва да мине през ниви да диша.

Към края на пролетта и началото на лятото, житото е най-хубаво, още докато не е напълно узряло. Това е най-хубавият хляб. Това е онази манна, онези семенца, които евреите са яли в пустинята.

Пшеницата трябва да се жъне на специфично време. Не трябва да чакат съвършено да узрее, че да презрее. Онези, които искат да обработват нивите, трябва да ги обработват навреме. Те трябва да имат най-доброто разположение. Който изорава една нива, да не каже една лоша дума, и да е весел, и да е пъл, тогава тия житени зрънца ще дадат най-хубавата енергия. И туй жито да го турим в хамбари, но не да го продаваме, и от него да вземем да мелим. Когато направите една погача от него, веднага ще оздравеете. Има хляб, който цери. Казвате: „Това е заблуждение“. Това може да се постави на опит.

Хранителността на житото е в люспите му, точно това, което хората изхвърлят. Вътрешността на житото е определена за по-благородни хора, които правилно могат да го използват.

Ти имаш право да сvariш няколко килограма жито, но нямаш право да го мелиш, да го туряш в чували. То е прес-

тъпление. Ние, съвременните хора, като мелим житото, създаваме своето нещастие, но не разбираме Божиите закони. Ще кажат религиозните хора, че вършат Волята Божия. Те нямат право да мелят житото. Аз разбирам тъй Божия закон: туй жито ще го свариш и с Любов ще го приемеш в себе си. Бог присъства в житото. Ние мелим Господа в житото, Той е там. Всичките мазнини отиват нагоре, остават за нас триците. Той казва: „И аз така ще те меля“. Учим се да се мелим на брашно. Това е философията. Това е кесаревото, не е Божието. Да възприемеш всичко с Любов. Да правим всичко с Любов.

Днес като го мелят във воденици, повече от половината от хранителността на житото се губи.

Като мелят брашното, естерните мазнини отлитат. Щом като заливат с топла вода, други мазнини си отиват. Като го подквасят и като го турят в огъня – други вещества си отлитат. Остават триците. Житото трябва да го ядем тъй, както си е.

Някой път аз казвам, че житото страда. Човек страда в житото.

Нямаш право да измъчваш житото! Във време на глад може да го мелиш, но в друго време не се позволява. Ще мелиш житото, ако Бог ти позволява. Първо ще направиш молитва, и после ще го мелиш.

Питат хората: „Кога ще се оправи светът?“ Казвам: когато всички хора започнат да ядат сухо жито. След като се поправят, нека почнат да варят житото, а после да го пекат на хляб.

Житна диета

Който се оплаква, че е объркал сметките си и не може да намери правия път на живота, той трябва да се храни с жито. Житото е в състояние да му помогне, да му покаже начина, по който може да уреди всичките си работи. Вярно ли е това? Опитайте и ще се убедите. Преди да се съмнява и да отрича нещата, човек трябва да ги опита. Иначе той ще се натъква на противоречия, които не го ползват.

Никакъв печен хляб не може да се сравни с вареното жито! Свареното жито е по-хранително, отколкото мляното жито, от което може да направиш хляб. Казвам: простата истина седи по-горе от всичко, което човек е създал.

За начало на диетата изберете ден, когато луната се пълни. Преди да се започне с житната диета, необходимо е да се направят две изпотявания. При всяко от тях ще се изпиват по 34 чаши гореща вода в затоплена стая, облечени доста дебело, за да се предизвика усилено изпотяване. Необходимо е преобличане и отново пиене на чаша топла вода с лимон.

Всеки ден ще заливате една чаша жито с четири чаши вряла вода, след което да ври 1015 минути. Свалете житото от силния огън и го оставете на слаб, за да прекара така 23 часа. Тогава всички житни зърна ще се пропият с вода, ще набъбнат и ще цъфнат. В житото, докато ври, не бива да се слага сол, защото иначе не може да стане меко, но при ядене може да си го подсолите.

Три пъти на ден ще се яде по една чаша жито или колкото човек обича, без никакъв хляб. През време на диетата може да се ядат портокали или да се пие чай със захар и лимон, но житото ще се яде без захар.

Тази диета е за духовно повдигане и може да се практикува за няколко седмици.

Аз, ако се храня, няма да взема от фурната хляб, ще си

сваря жито. Ако ми са здрави зъбите, ще го ям сурово, няма да го варя. Ако не са здрави, ще го варя хубаво, мекичко да е. Ако имах жито, каква храна бих взел с житото? Една хубава круша, жълта, с тънка опашка, някак тумбеста надолу, или една хубава ябълка, валчеста, малко тъмnochервеничка, малко жълта от северната страна, а червеничка от южната, бледа от източната, червеничка от западната. Тази Божествена храна, като влезе, ще донесе онази енергия, която е необходима за тялото. Ще почувстваш в себе си един подем.

Онова, което е необходимо като храна на човека в сегашния му живот – житото – то е в изобилие и никой човек няма право да се оплаква, че ще умре гладен. Когато животът стане тежък, да се яде по 90 грама жито на ден: 30 грама сутрин, 30 грама на обяд и 30 грама вечер.

„Дайте ѝ житен сок! Житеният сок ще замести млякото.“ Само житеният сок може да бъде толкоз полезен, колкото и млякото. Някой път лекарството вреди.

Ако страдаш от ипохондрия – яж жито.

Един опит: онези от вас, които имат слаб стомах или слаби гърди, които са нервни, сприхави, нека се подложат на житен режим за 1, 2, 3 месеца най-много. През това време не трябва да употребяват никаква други храна, нито хляб, освен да дъвчат сурово жито, добре изчистено и измито. Ако ви се вижда много за един месец, направете опита за една седмица. Ще накиснете от вечерта 100 грама жито с вода, ще го разделите на три равни части, ще дъвчете сутрин, на обяд и вечер. Ако ви се пие вода през деня, ще пиете колкото искате. Ако бяхте се поставили на този режим от по-рано, щяхте да имате по-здрави зъби и нервната ви система щеше да бъде здрава и регулирана. Почувствате ли нещо дисхармонично от опита, спрете го.

Житото влияе добре на сърцето.

Една сестра се оплакваше, че очите ѝ се зачервявали. Аз я посъветвах да се подложи на житен режим: всеки ден да яде само по 100 грама сурово жито. След 10 дни тя напълно оздравя.

Вие не сте правили опит да се храните един месец с варено жито и да наблюдавате каква промяна ще стане у вас. Ако направите опит с жито, което още не е узряло, което е още млечно, меко, е още по-хубаво. Ще имате една ценна опитност, ако се подложите на житен режим.

Човек трябва да употребява известно време млечни житни зърна, преди да са напълно узрели, това укрепва нервната система. Но трябва да се дъвче добре.

Друг начин на лекуване е с млечно жито. Достатъчно е да се храните 10 дни с млечно жито, докато зърната не са още узрели, а са млечни. Млечните зърна имат много лечебни сили. Трябва да се употребява по половин килограм на ден.

Всички болести, които имате, може да лекувате с жито. Но ако ядете житото без Любов, не може да извлечете това, което е скрито в него.

Ако знаехте как да употребявате храната, нямаше да има нужда от друга храна, освен от житото. Като променяш своето състояние, ти ще привличаш всички ония елементи, които се съграждат в житото. Ако искаш да извличаш елементи за ума си, ще впрегнеш азотните вещества на работа, като мислиш постоянно за духовния свят, за Бога на Любовета. Само така ще извлечеш тези необходими елементи за теб от житото, които слънцето е вложило в него. Ако искаш да извлечеш енергия за чувствата си, за сърцето си, ще впрегнеш кислорода на работа, защото в дробовите при процеса

на дишането се образува приятно горене. Ще мислите, че всичко в света е хармония, и в болести, и в страдания, и в смърт, и във всичко ще виждате Божията Любов. Така ще разглеждате нещата, за да извличате от житото всички необходими елементи.

Един-два пъти в седмицата сварявайте жито и го яжте с малко сол или захар.

За известно време, например за една седмица, може да се употребява сурово жито, накиснато във вода, но ще го дъвчете бавно.

Житото трябва да се яде така, както е. Ще го дъвчете като сакъз.

Динамичната сила на житото ще използвате, като го дъвчете много.

Да се яде само по 100 грама неварено жито, потопено във вода. Това се прави през февруари и началото на март и има за цел пречистването на организма преди настъпването на пролетта.

Хляб

Българинът яде хляб повече. Един българин отишъл на гости при един грък. Гърците режат тънки филии. Казва гръкът: „Режа ги тънкофай“. Българинът, като ял, ги надиплял, и казал: „На мене ги прави диплофай!“ Видял гръкът, че и тънко да ги реже, не върви.

Българинът яде повече хляб, за да стане по-мек.

Казвате: „Нужно е човек да яде“. Не е нужно да яде човек, но трябва да стане обмяна между един и друг живот. Това е

закон. Когато казваме, че имаме нужда да ядем, това е фалшивата страна на живота, това е криво разбиране. Дотолкова е нужно да ядем, доколкото да стане обмяна между нашия живот и живота на хляба – да се разберем с него. Когато хлябът е слязъл от невидимия свят, у него се е появило желание да се запознае с нас. Той се радва като го дъвчем, не кряка като кокошката. В хляба се крие Божествен живот, в него се намира Божественият Дух. Ето защо ние трябва да се храним, за да стане правилна обмяна между Божествения Дух и нашия живот, който е в застой.

Чистият пшеничен хляб има повече хранителни вещества, отколкото другите храни.

Засега най-добрата храна, най-доброто ядене е хлябът. Човек може да живее само с хляб.

От всички храни най-хубави са житото и хлябът. Всички други храни идват да допълнят хляба.

Хлябът съдържа всичко, каквото различните ястия съдържат, само че представено в друго състояние, а не както в съответните материали.

На физическото поле човек трябва да яде преди всичко хляб – най-важното нещо. В хляба се съдържат велики сили, стъстени енергии, стига да е чист, пшеничен. Само с хляб и вода човек може да живее.

Вкусна храна е онази, която съдържа сила в себе си. Хлябът дава сила и свежест на тялото. Хлябът е добрата храна.

Природата е създала хляба и ако хората не бяха сгрешили, те щяха и досега да се ползват от най-хубавата храна, без да имат нужда от нищо друго.

Елементите на хляба ги има във въздуха.

Има нещо в хляба, което е музикално, чрез него влизам във връзка с Божествената реалност. Трябва обаче дълго време да го дъвча.

Хлябът и вярата са храна за поддържане на живота.

Докато човек не намери отношението между живота и хляба, нищо не е намерил. Колкото по-малко ядеш хляб, толкова по-малко живот имаш. Откажете се от хляба и ще видите, че животът ви ще се намали. Без хляб и без живот, човешката мисъл не може да се прояви.

Ние имаме теории, че студеният хляб е по-здравословен. Според мене топлият хляб е по-здравословен, отколкото студеният. Студеният хляб за пълните е намясто, но за сухите хора не е намясто. За сухите хора е топлият хляб, мекият хляб, изваден от фурната. Който е сух, топъл хляб да яде. На онзи, разположения, дай му сух хляб, нека да го дъвче, да има какво да работи. Пълничкият е разположен, по-мързелив е. Онзи, горкият, понеже е работил дълго време, дай му мекичък хляб, с много малко работа да придобие повече.

Сухият хляб не е без съдържание. Не мисли, че влажният хляб има повече съдържание, отколкото сухият. Влажният е по-мек, сухият е по-остър. Сухият хляб е нервен хляб, влажният хляб е разположен хляб. Като ядеш сухия хляб и ти ставаш нервен, а като ядеш влажния, и ти ставаш разположен. Какъвто е хлябът, такъв и ти ставаш. Та най-първо никога не яжте хляб без разположение. Погледайте го. Ако хлябът е сух, постопли вряла вода. Попари го отгоре, да стане приятен, тогава го яж. Защото някой път го ядеш и казваш: „Не трябваше да го ям“. Тури му малко водица, с това ще образуваш в себе си търпение. Казвате: „Аз нямам време“. Време има за всичко. За търпеливия човек време има. За нетърпеливия няма време.

Хляб трябва да се прави от ново, прясно жито, за да е здравословен.

За предпочитане е хлябът да се препича, отколкото да се яде недопечен.

В брашното трябва да има малко трици, тогава е по-хранителен хлябът.

Ръженият хляб регулира червата, употребява се против запек.

Хлябът, както го правят сега, няма голяма хранителност, защото праната си е отишла, и като го турят във фурната, пак губи. По-добре е сварено жито вместо хляб.

Отива един българин при един градинар, иска да го угости. Дава му зелена краставица. Но той казва: „Не съм такъв глупак да ям зелена краставица. Дай ми зряла.“ Питам тогава: защо зелените краставици са по-вкусни от узрелите? Но узрялото грозде е за предпочитане пред зеленото. Какви са съображенията, закон на природата ли е това, или наше частично разбиране? Този закон природата ли го е създала, или градинарят го е създал – да продава зелени краставици? Узрялото жито смиламе, за да го направим на хляб. Направим една нова формула и продаваме хляб. Туй закон на природата ли е, или наш закон? Ако вие се храните само с жито, или само с печен хляб, какъв ще бъде резултатът? Резултатът няма да бъде един и същ: ако ядете житото, то е по-хранително. Печеният хляб вече е изгубил част от своята хранителност. Следователно всяка една човешка мисъл, която минава във втора фаза, тя изгубва своята първична ценност. Мисълта може да изгуби своята ценност.

Болен, грешен, нечестен човек не бива да става фурнаджия. Здравият, чистият, благородният, той трябва да меси хляба. Ако домакинята не е разположена, да не меси хляб.

Хлебарят, който меси хляба, трябва да бъде здрав, със свежи идеи, с просветен ум и добро сърце.

Младата жена, която меси хляба, трябва да вложи в него вяра, положителни мисли и чувства. Ако тя е недоволна, нейните влияния ще проникнат в хляба, който тя е месила. Хляба трябва да го месят професори. Не само това, но аз препоръчвам, който може и има условия, всеки сам да си меси хляба. В това време, когато меси хляба, да четете молитви, да пее и да не оставя нито една трошица хляб да падне на земята. Вие ще възразите: „Само това сега ни остава, да месим хляб, като че друга работа нямаме!“ Каква по-важна работа от месенето на хляб?

При месене на хляб с квас, живите ферменти се размножават и живеят като отделят непотребни вещества. Затова Мойсей е забранявал на евреите да месят квасен хляб.

Хлябът, най-необходимата и свещена храна, не допринася тази полза, каквато се очаква. Защо? Понеже е приготвен с ругатни, с недоволство, с караници и т.н. Още като оре земята си, орачът вика, ругае воловете, мушка ги. Като сее житото, като го мели на воденицата, той е все недоволен и сърдит. Когато меси хляба, фурнаджията е също така недоволен, сърди се на слугите си, кара се, вика. В края на краищата ние получаваме хляб, изработен само с караници и недоволство. При това положение житото изгубва голяма част от мазнините си, които изобщо трябва да съдържа. Преди всичко този хляб е изгубил естествената си чистота.

Земеделецът, като изорава нивата и когато я жъне, да не казва нито една лоша дума, само веселие и песен да има. Тогава житните зрънца ще са пълни с енергия. Има хляб, който изцери.

Да направиш хляб от най-хубавото жито – да си изкопал нивата с бел, да си посял нивата и да си пял, никога да не е влязла лоша мисъл, лошо чувство, да си го пожънал, да си извадил житото добре, без да си казвал лоша дума – и от това

жито като направиш хляб, на всеки като дадеш, ще му падне като мед на сърцето. Този хляб, който ядем, не е такъв.

Всичките българи най-първо трябва да се научат да орят и да не псуват говедата. Нали искат педагогика – няма да псуваш вола, няма да псуваш кравата, кокошката! Ако я псуваш, яйцето, което ще снесе, ще те зарази. Нищо няма да псуваш! Свинята няма да псуваш! И свинята има нещо хубаво. Българите, които искаха да укротят турците, със свинско месо ги угощаваха. И действително, като ги угостят, омекнат.

Хлебарят всеки ден иде и ви носи хляба, казва: „Дайте 5 лева!“ 5 лева взема само за труда, хлябът не се плаща. Тази слънчева енергия, събрана, знаете ли колко струва? Ако речете да плащате един хляб от 1 000 грама, трябва да платите по 1 лира на грам, 1 000 лири трябва да дадете. 1 000 лири колко струват? Един е, Който е изпратил хляба от слънцето, Който е работил на земята тия зрънца да се образуват, да се образува тази слънчева светлина за нас. Хиляди същества са работили, за да ни поддържат на земята. Ние, съвременните хора, мислим, че никой не се грижи за нас. Кой се грижи?

Всички неща, които не се ядат, трябва да се плащат, които се ядат, даром трябва да се дават.

Трябва ли хлябът да се продава? Когато създаде хляба, Бог забрани на хората да го продават. Голямо проклетие виси върху човечеството. Защо? Защото продават хляба – великото благо в живота. Абсолютно забранено е да се продават хлябът и брашното. Трябва ли след всичко това да питате защо светът е лош, защо хората са лоши? Първото условие, което трябва да се спазва, е да се дава хлябът без пари. Няма по-голямо безчестие от това да купуваш и продаваш хляб. В бъдеще хората ще се чудят на сегашните хора, че са били такива говеда да продават и купуват хляба. Това са говедата на 20 век. Първите хора, които са злоупотребили с житото, като са го продавали и купували, не са видели добро до четвърто поколение. Помнете: кармичният закон не прощава.

Не казвам, че новата идея да се дава хлябът без пари, ще се приеме изведнъж. Важно е тая идея да проникне в човешкия ум и постепенно да си пробива път. Никакъв спомен не трябва да остане от мисълта, че хлябът трябва да се продава! България трябва да бъде първата държава, да приложи Божия закон на земята – хлябът да се дава даром. Само оня може да приложи тоя закон, който е абсолютно чист и безгрешен. Грешният, освен че няма да приложи тоя закон, но ще създаде още по-лош. Значи само мъдрият, праведният и благородният може да приложи тоя закон.

Казано е в Писанието: „Когато Ме потърсите с всичкото си сърце, Аз ще ви се изявя“. Какво значи да намерите Господа? Това значи да започне великият закон на Любовта да работи във вашите души. „Как ще стане това?“ Започнете да се храните с най-простата храна, достъпна за всички, за да създадете една вълна, която да обхване всички хора. Само така ще се оправи светът. Какво става днес? Някои семейства изразходват за един обед или вечеря по 1 0000 и повече лева, други едва намират 5060 лева, а трети – гладни лягат. Някои слагат на трапезата си по 23 яденета, а други – нито едно. След това ще доведат пред съда някоя блудница, която се продала за един хляб. После питат Христа, какво да правят с тая блудница. Христос отговаря: „Който от вас е безгрешен, нека пръв хвърли камък върху нея“.

Вземете чисто жито, направете си хляб и яжте с Любов. Така ще извлечете всичко, каквото се съдържа в житото, което в други случаи, когато ядете без Любов, не се извлича. Така ще концентрирате ума си.

Ако приемете хляба с Любов и благодарност (...), ще станете неуязвими към всички болести. Ако болният съзнава, че Бог се грижи за него, положението му ще се подобри.

Казвам ти: яж три дена от хляба и ти ще оздравееш. Ако оздравееш, този хляб е добър; ако не оздравееш, не е добър.

При всяко ядене умът ви трябва да взима участие. Като препечете хляба на огъня, ще благодарите на Бога и ще почнете да ядете. Когато човек яде препечен хляб, той придобива търпение. Страдате ли от неврастения, яжте препечен хляб. Правете този опит в продължение на един месец и ще видите какви резултати ще имате.

Добре е хлябът да се разчупва с двата пръста – палецът и показалецът – умът и волята да вземат участие.

Когато човек вкуси хляба, трябва да каже: „Господи, благодаря Ти за хляба, който си ми дал, благодаря Ти за живота, който внасяш чрез него в мене“.

Хлябът идва от слънцето, от разумните същества, те наблюдават как вие ядете и съответно толкова благословение ви дават чрез него.

Хляб не се хвърля. Никога не го хвърляйте!

Правилно е, когато човек се нахрани, да събере трошиците внимателно, да измие мястото, дето са паднали, да остави после трошиците някъде да не се тъпчат, нито вода да ги залива.

Всяко нещо, колкото и да е малко, е ценно, още повече хляба ще го държите в съзнанието си като нещо свещено. После, от този хляб на Любовта няма да давате комуто и да е. От този хляб на една свиня няма да давате. Хлябът е нещо свещено.

ИЗБОР И ПОДГОТОВКА НА ХРАНИТЕ

Прясна и престояла храна

На човек е определено да се храни с прясна, чиста храна, която мъчно се разлага.

Плодовете, ако се откъснат и като престоят, бързо изгубват от своята сила, значи яжте ги пресни, най-добре току-що откъснати.

Висшата математика изключва употребата на лука, чесъна, прера, на различните пържени масла и т.н. Който иска да се занимава с висша математика и да стане математик в пълния смисъл на думата, той трябва да се храни с плодове, току-що откъснати от дървото.

Погрешките състаряват. Човек може да се състари от яденето, от много чувствания, от тревожни мисли, от вкисната, гнила, престояла храна.

Никаква гнилота не трябва да има в храната, а тя трябва да носи първоначалния Божествен живот!

Ще ядеш най-чиста храна. Никога не яж гнили плодове! Никога не яж развалена храна! Прави избор на храната.

Не яжте плодове, в които има червеи, и плодове, ударени от градушка или с някакъв дефект. Нито яжте, нито давайте на приятелите си дефектни или развалени плодове. Във всеки човек има по едно Божествено същество вие искате да му дадете угощение, тогава ще изядете най-хубавата череша, круша, ябълка с приятност, с Любов, така че да се запомни това за цяла година.

Ферментацията се дължи на малки същества, наречени „ферменти“. Те разлагат и изяждат всяко нещо, което ферментира, и оставят своите извержения, които носят смърт. Хората не подозират, че с ферментацията на сладките сокове си изграждат гробници. Неразположението, недоволството, кисването също са ферменти. Мислите ли, че ако допуснете една малка злобичка като фермент в сърцето си, тя няма да внесе отрова в организма? Ферментите са подобни на въшките, те като химици пробиват кожата и вадят от нея сокове.

Плодът, който пада от дървото, той не е добре узрял. Всякога, когато в един плод има дефект, преждевременно е паднал. Виждали ли сте лимони да капят? Узрелите плодове остават, не капят. Ние сме свикнали и казваме: „Плодът трябва да капне“. Плод, който капе, не е естествен. Плод, който не капе, той е за ядене. Онези плодове, които капят, в самото дърво има недостатък. Аз наричам този плод „пометнат“. Плодовете, които капят от дървото, са пометнати плодове.

Аз посаждам динено семе, то е „до“. Израстват, дойдат до горно „до“. Завържат, но още са зелени, значи плодът не е узрял. Аз, като ида при един бостанджия, зная на колко октави зреят дините и няма да го питам дали са узрели. Казвам: те са минали първата октава и са на „ла“ на втората октава. В първата октава са зелените дини, във втората са подутите, а в третата са вече узрелите.

Плодовете не зреят изведнъж. Някой път ще видиш само 23 череши узрели тях ще откъснеш. Втория ден са узрели 45 череши. На третия ден са узрели 101520 череши. Така се увеличава броят на узрелите. Ако ядеш плод, който е узрял днес, ти ще приемеш това, което другаде никъде не можеш да го приемеш. А пък ти отиваш при един плод, който е презрял, той няма тази сила.

Никога не късайте и не яжте зелени плодове, за да не създавате анархия в себе си.

Колкото по-пресни са плодовете, толкова повече живот съдържат. Яжте само пресни и узрели плодове.

Пресните плодове съдържат вода и захар в най-чист вид, затова ви говоря постоянно да си имате градини и да ядете естествени, чисти, неторени плодове и зеленчуци.

Една от причините за разстройване на стомашната система е, че приемате застояла храна, не прясна. По-добре е да погладувате, отколкото да вземете храна, която е загубила свежестта си.

От обикновената храна се добиват болести — ту крак ще ви заболи, ту ръка, ту гръбнак или мъка ще ви натисне — всичко това идва от простите и евтини храни, от консервите. Чистата храна — това е водата, въздухът, светлината, плодовете, зърнените храни.

Сърцебиенето понякога се дължи на неправилно хранене.

Вие сте учен човек, но боледувате. Аз зная, че причината на всички болести е лошата храна. Някой продава маслото, а то е изкуствено масло, не е чисто. Като опитам хляба ви, ще видя, че и той не е такъв, какъвто трябва. Брашното не е нито прясно, нито чисто. Вие трябва да употребявате брашно, което първоначално е слязло от небето, то няма никакви примеси в себе си.

Почти всички болести във вашия организъм се дължат на неправилното ядене. Ревматизмът се явява вследствие на нечистотии, на утайки по ставите. Брашното — старо, маслото

старо, хлябът недопечен, бързо ядете, не дъвчите храната, безпокоите се, когато се храните за какво ли не мислите, а искате да сте здрави.

Гответе с чисто, прясно масло, а не с такова, което е стояло с месеци и години. На слънчогледа семето трябва да се мели един месец преди употреба, да не се образуват в него утайки, които биха развалили стомаха.

Храната е, която създава хората; и най-некултурния човек, ако го храним с хубава, прясна храна и главно плодове, животът му ще се измени.

Винаги яжте прясно ядене, днес приготвено, а не отпреди десетки дни.

Не яжте нищо, което е престояло един ден. Баницата и хлябът да са топли.

Житото да се яде прясно, тазгодишно, и когато е варено, да се яде докато е топло, а не днес варено, утре го ядете.

Щом житото или царевицата са престояли няколко часа сварени, не ги яж. Топли, пресни ще ядеш всички житни зрънца. Ако искаш да водиш един духовен живот, трябва да имаш здрава философия за храненето. Животните по-добре знаят да се хранят от нас, те знаят каква храна им подхожда.

Яжте пресен хляб обичайте ближните си.

Всеки, който яде мухлясъл хляб, е глупав. Най-хубавото ще ядеш. С най-хубави дрехи ще се обличаш.

Веднъж в годината да ядете плод, но да е хубав. Веднъж да ядете мед, но да е от най-хубавия бял мед.

Всички велики хора са се хранили с малко, но съдържателна храна и са се хранили чрез порите, чрез въздуха, чрез светлината. Яли са естествена и прясна храна, а не консервирана.

Ето аз какво разбирам под разумно в света: ти имаш право да заколиш една кокошка, децата ти да не умрат гладни, но нямаш право да консервираш кокошките. Ти имаш право да хванеш 10 риби да ги изядеш, но нямаш право да ги консервираш. Ти имаш право да свариш няколко килограма жито, но нямаш право да го мелиш, да го туряш в чували. То е престъпление.

Съвременната култура страда от излишък. Тя има консерви, брашна, риби и тенекии, всякаква консервирана храна. За всичко това бялата раса днес скъпо плаща. Консерви природата не търпи, домати няма да пържиш и вариш, може малко семената да извадиш, лукът няма да го решиш и пържиш, да го минаваш през ренде. Нашите угощения често служат за спънка в еволюцията на други същества.

Сегашното консервиране на храната представлява отлагания, утайки, които причиняват различни болести.

Консервите се развалят и храната им се изгубва.

Медът може да се съхрани много години без да се развали, а човешките консерви колко ли изтрайват?

Съвременните хора страдат от храна, която е престояла по шишетата и консервните кутии. Консервираната и остаряла храна е бич за човечеството. (...) Старите идеи, старите желания и чувства произвеждат същите резултати.

За в бъдеще консервирана храна няма да се употребява.

Аз не препоръчвам месото да се консервира. Аз съм даже и против консервирането на плодове. Консервирането на храните говори за израждане на човечеството. Докато храните се консервират, всякога ще съществуват болести. Който се храни с консерви, не може да отиде при Бога. Това не е било и няма да бъде!

Хигиена

Божественото не се заключава нито в многото ядене, нито в многото постене. Божественото се заключава в това: човек трябва да яде първокачествена храна, а не каква и да е.

Плодовете трябва да се измиват хубаво, вредна е нечистотията по тях.

Паднала круша или някой друг плод на земята, българинът ще вземе крушата, ще я почисти отгоре и ще я изяде. След 34 месеца започва да страда от стомах. Вземи тази круша, измий я хубаво с топла вода, че тогава я яж. А българинът я трие с ръка. Някой път не става нищо. Трябва да видиш мястото дали е чисто. Ако е чисто, никой човек не е минавал, яж я. Ако мястото не е чисто, дето е паднала крушата, не я яж. Някой път има микроби.

Когато ядете плодове, много хубаво да ги измивате. Всичко, което внасяте в устата си, да е много чисто.

Гроздето трябва да се мие няколко пъти с топла вода.

Когато ядете грозде или други плодове, мийте ги много добре и тогава яжте. По тях какво ли не се полепва! Също не яжте храна, която е стояла дълго време в кутия или хамбар.

Хляба, който купувате, ще го издухвате добре, ще го обиколите от всички страни с влажна кърпа, да е чист и тогава ще си отхапвате от него. Плодовете много добре да се измиват.

Ако искате чист плод, вие сами трябва да откъснете. Щом друг го е откъснал, той е предал нещо от себе си. Ако мине през един, двама, трима, пет души, опорочава се; нещата са невидими, но опорочават.

Като седнеш, да приемеш чиста храна. Според моите изследвания, според изследванията на учените, онзи, който носи храната, трябва да бъде чист, ръцете му да бъдат чисти, краката му да бъдат чисти, в мислите, желанията и постъпките си да бъде чист.

За вбъдеще, за да бъде чисто едно ядене, в хигиената ще има следното правило: ако един болен човек ви даде един плод, той ще внесе в плода своето болезнено състояние. Не яж този плод!

Ти никога не трябва да приемаш едно парче хляб или грозде от един престъпник! Ако си слаб човек, и да ви даде хляб, ти го хвърли на кучетата. Даде ти грозде ти го хвърли, дай го на сиромасите, не го яж. Който разбира закона.

Човек не трябва да яде какъвто и да е хляб, нито да чете каквато и да е книга, нито да вярва в каквото и да е.

Ако отидете при някой престъпник или при някой касапин, който е заклал много кокошки или агнета, и ядете от неговото месо, вие ще се натъкнете на много лоши състояния. Той предава своите мисли чрез месото. Това е цяла проказа.

Никога не яж плод, който вече е наяден от друг!

Аз бих ви препоръчал: никога не допущайте един болен човек да ви готви. Онзи, който готви, трябва да бъде здрав. И хляб, който меси, да е здрав. Болен човек да не меси хляб.

Никога не готви, когато си болен. Не пипай хляб, когато си болен.

Яж със здрави хора, за да станеш и ти здрав. Никога не яж с болни хора.

Не яжте яденето на когото и да е. Майката до 7-годишна възраст на детето си сама трябва да му готви.

Колкото е важна физическата храна, толкова е важна и духовната, и умствената. Ще се храните с храна, излязла от добри и здрави готвачи.

В света има един огън, който гори хората. Запример, ако някой човек ви е дал нещо пари или хляб и в него е вложил една лоша мисъл, вие, като се наядете с хляба, ще почувствате мисълта, ще почувствате едно неразположение. Хората в миналото са знаели тия тайни в природата, те никога не са искали да ядат такъв хляб, понеже са знаели, че в този хляб има нещо вложено, което не е приятно, не е хубаво. Някой път някой подарък дадат на човек и той не го иска. Някой човек пък е забелязал, че ако мине по една улица и му се случи нещо лошо, той вече не обича тази улица и избягва да минава по нея. Има улици, по които ако мине, ще изгуби разположението си. Може земните течения на тази улица да не съответстват на неговия организъм или мислите на хората, които живеят на тази улица, да не съответстват на неговите.

В Египет има мумии, върху които са произнесени закланния и всеки, който е взел тази мумия, го е постигнало нещастие. Върху всеки плод може да има закланние. Не яж това, в което няма Божието благословение!

Храната, която човек употребява, трябва да бъде и физически, и психически чиста, без никакви примеси и лоши влияния.

Понякоя път вие питате: „Не може ли без страх?“ Не може. По-добре да имате свещен страх, отколкото да нямате страх, за да не опитате последствията на неразумния страх. Когато дойде неразумният страх, може да пострадате. Казва: „Аз всичко ям“. Когато дойде някоя болест, че започнеш да се увиваш, разбираш своя неразумен страх. Болестта е един резултат на безстрашието. И след като боледува човек няколко пъти, започва да се бои от болестта. Болестите идат от яденето.

Искат ли хората да ядат хубави и чисти плодове, трябва да насаждат растенията на чисти места и на чиста почва.

Деца ходят по гробищата да ядат там плодовете по дърветата. Много болести могат да добият. Много са мазни, много са хубави плодовете на гробищата, но не са здравословни. Сега хората вземат извержения на животните и с тях торят нивите. По този начин ние нямаме чисти плодове. Плодът е чист без никакви торове, само това, което иде от слънцето и торът, който пада от листата на дърветата. Животинските торове не са така хигиенични.

Ако на някоя нива е убито животно или човек, кръвта прониква в житото. И като ядат от това жито, децата на земеделеца, като по-нежни, заболяват. Не може животинската или човешката кръв, пролята насилствено, да не донесе лоши последствия за човека. Това е строг, неумолим закон на природата.

И ако днес хората са болни, нервни, страдащи, това отчасти се дължи на храната, която употребяват. Те се ползват от плодовете на земята, която е напоена с кръвта на хиляди и ми-

лиони жертви хора и животни. Земята е пропита от човешка кръв и тя трябва да се пречисти. Тя може да се пречисти само като мине през Божествения огън огънят на Любовта.

В Битието е казано, че първият човек се хранел само с плодове. Значи определено било на човека да употребява най-чистата и възвишена храна. Плодовете, с които се хранели първите човеци, не са като сегашните, които се отглеждат на земята, напоена с кръвта на хората и на животните, както и с техните нечистотии. Какви ще бъдат плодовете, които са расли върху гробовете на хората? Нездравословни, нехигиенични, понеже са черпили сокове от човешките мисли и чувства. Засега чувствата и мислите на хората не са чисти. Те трябва да минат през огън, да се пречистят, всичко нечисто да изгори. Само след това може да се говори за чиста храна. Нечистата почва не може да роди чисти плодове.

Черничевите дървета и сливовите, които се намират на гробищата и около гробищата, всмукват чрез корените си всички болестни състояния, които са преживели умрелите и тези неща минават от клоните в листата и плодовете, затова е много опасно да се ядат от хората такива плодове.

Засега растителните и плодовите храни са най-добри, но лошото е, че и те са оцапани, защото се хранят от земята, възприемат от животни, от кръв, понеже земята е оросена с тях. Черницата посадена на някой гроб, с какво се храни? Под вегетарианска храна аз разбирам такава, която няма абсолютно никакви месни примеси и соковете ѝ са още в своето първично състояние. Въздухът, който днес дишаме, също е мръсен. При такава храна и такъв въздух, разбира се, че не можем да сме здрави. Месната храна съдържа такива вещества, които подпушват порите. Запекът може и смърт да причини на човека. Когато половината от порите на човека се подпушат, той вече е кандидат за онзи свят.

Дори и най-чистото жито има днес известна доза отрова, а какво остава за изкуствено получените продукти.

Хората предполагат, че един ден учените ще добият изкуствено мляко, изкуствени яйца. Ние благодарим за тия изкуствени яйца! Живите яйца от кокошката не можах да оправят света, че изкуствените ще ги оправят. Изкуствените яйца ще причинят 10 пъти по-големи злини, отколкото кокошките яйца. Ако произведат изкуствен хляб и изкуствено мляко, светът съвсем ще загazi. Представете си, че днес и в най-чистото жито има известна доза отрова, а какво остава от изкуствено получените продукти.

Месото, маста, слънчогледовото масло днес са отровени и не бива да се ядат. Мазнините да са от маслини, от бадеми, от орехи. Ядете нечиста храна, а искате да имате светъл ум, или да виждате нещата откъм светлата им страна.

Пет-шест ореха на ден това ви стига за мазнина. Лешници, бадеми, орехи ето ви мазнините. Оставете това рафинирано олио! По-добре е орехи да сложите в яденето или слънчогледово семе. Като си смелите с една машинка малко орехи или 150 грама слънчогледово семе, това е достатъчно.

Маслото, което се съдържа в двадесет ореха, е предостатъчно за днес. То е много чисто и полезно. Олиото не е чисто, чисти са само семките на слънчогледа. Тях яжте.

Начин за пречистване на слънчогледовото олио: в 2 килограма вода, слагате един килограм олио на печката да заври, около 15 минути да ври, прибавете 50 грама оцет и оставете тенджерата настрана от огъня, докато непотребните киселини и соли се утаят на дъното. Леко, внимателно се отлива после олиото. Приготвено ли е олиото по химически начин, все ще останат вредни утайки и вещества, затова може да

си служите с мазнините от ореха, от бадема, от маслината, от слънчогледа без преработка.

Човек трябва така да се храни, че да няма излишък, остане ли утайка в тялото, заражда се болест.

Който иска да разреши въпроса за безсмъртието, трябва да яде абсолютна чиста храна, която не оставя никакви излишъци.

В пълното, в хубавото ядене, няма никакъв излишък. Дотогава, докато имате излишъци в себе си, вие не знаете да ядете. Щом ядеш и няма излишъци, ти си се научил да ядеш, то е безсмъртието. Там дето има излишъци, хората умират. Дето няма излишъци, хората живеят.

Хубави храни са тези, които най-лесно се смилат и от които храни остават по възможност най-малките излишъци.

Разбрана храна е тази, която като влезе в стомаха, става част от човека и му дава сила. Тази храна, която не се смилала лесно и запича стомаха, е неразбрана.

От какво произтича главоболието? От ядене на мъчносмилаема храна, която оставя излишъци в стомаха. Тогава пречистването на стомаха не става правилно, вследствие на което се явява главоболие, а стомахът и устата започват да миришат.

Естественият усет към храните и водата е изопачен.

Вие не правите подбор на храната. Ако ви направят месни кюфтета с развалено масло и турят малко бахар, чер пипер, сол всичко туй вкусно но след половин час започвате да се превивате, в стомаха ви всичката храна се върти, явяват се инспектори на труда, на храненето и казват: „Тъй не ста-

ва!“ Бракуват храната. Бракуване значи спира процесът на хранене. Всички тия 10 милиона клетки спират храненето и изведнъж във вас се заражда един процес всичката храна я изхвърляте навън. После доставчиците ги глобяват. Страданиято е за доставчиците, понеже са нарушили законите на държавата, глобяват ги.

Нямате право да ядете каква да е храна! Казвате, че можете да ядете каквото и да е. Всеки, който яде храна, която не е позволена от законите, се наказва. Много пъти сте наказвани и пак упорствате.

Разумният няма да използва богатството си за пищни яденета, но ще яде жито, ориз, овесена каша, тархана, круши, грозде.

Какво ще добиете, като употребявате тиквички пържени, сирене, деликатеси? Малко ряпа с малко оцет и зехтин, малко хляб това е достатъчно.

Силата на една храна не зависи от това, как тя е сготвена. Като сложите повече сол, пипер, масло, това е за вашия вкус, но не и за стомаха. Щом има някакво неразположение в стомаха, храната не е добра.

Яденето, приготвено без масло, е леко и по-добро за стомаха. Турите ли масло, чер пипер, червен пипер, стомахът лесно се разстройва. Простата и естествена храна е добрият живот.

Житото е от Бога, а пастите са човешко изобретение.

Човек, ако живее в шумен и нечист град и се храни с баници, пасти и бонбончета, не знае как би доживял до дълбока старост.

Веднъж в годината боза да пиеш, разбирам, но всеки ден

да пиеш боза? Някои препоръчват бозата, че е като бирата, оправяла човека. Много се лъжат, че бозата ще оправя човека. Оправя го, да! Бозата ум на човека не дава.

Всички онези неща, които ферментират, живот не дават, туй трябва да знаете.

Цялата наша съвременна култура има един недъг: в стомаха има големи нечистотии. Там, дето има нечистотия, започва ферментация. Ако четете теориите на Луи Куне, ще видите как тези ферменти задушават, подигат се нагоре. От тези ферменти се образуват газове, които разлагат и се образува едно задушаване. Това са отровите, които влизат в соковете и които след време ще се превърнат на кръв – тези отрови отиват по цялото тяло. Човек сам се трови. След време ще почувствате, че краката ви болят, че ръката ви боли, главата ви боли, дойде някаква болест, като че някое същество е влязло. А то вие сте причината. Вие сте допуснали известни отрови.

Човек се нуждае от здрава, доброкачествена храна, която съдържа всички съществени елементи, а не да се храни със сладкиши, пасти, бонбони. Естествената храна дава необходимите условия за развитие на ума, сърцето, душата и духа. Елементите, които човек употребява, са едни и същи, но методите за тяхното възприемане са различни. Всяка храна е полезна за човека, стига да знае как да я приеме. Не ви казвам каква храна да ядете и каква да не ядете, но ви съветвам да ядете с Любов и разположение. Важното е да употребявате храна, която дава сила. Съществената храна дава сила и бодрост.

Според устройството на човешкия организъм, съвременният човек не е в състояние да извади повече енергия от месото, отколкото от другите храни, които минават за слаби. Защо е така? Защото съвременните хора са много лакоми и мислят,

че силата на храната седи в количеството или в качеството, а не в начина на употреблението.

Чиста, здравословна храна за човека е житото, плодовете, зеленчуците, картофите.

Чистата храна като жито или ориз няма нужда от захар, мляко, от орехи. Ако човек яде проста и здрава храна без подправки, ще има ли диабет? Животните по горите не страдат от диабет, но културните хора страдат не само от диабет, а от какви ли не болести, които представляват един обвинителен акт против нас.

За човека са нужни следните неща на ден, за да е доволен един килограм хляб, една чиния варен боб и малко плод, било праскови, ябълки, грозде, круши или друг плод. Няма ли пресен хляб и пресни плодове, не яж нищо. Консерви не яж.

Засега само плодовете са най-хубавата храна и от полза за човека, но пресните плодове.

Започнете да се храните с най-простата храна, достатъчна за всички, за да създадете една вълна, за да обхване всички.

Сега хората се учат да постят. Не да пости човек, но трябва да се научи да яде правилно. Постът значи: да се откажеш от онази храна, която носи отрова в себе си и да намериш тази, която носи живот.

Всяка храна, която събужда в тебе хубави мисли и чувства, е здравословна и лекува.

Всеки човек трябва да се научи да регулира своя стомах, т.е. да регулира своите чувства. Той никога не трябва да

употребява излишна храна, излишно ядене, което не може да асимилира. Той трябва да си намери подходяща храна, която да произвежда всякога разнообразие в неговите чувства. Знаете ли какво значи разнообразие? Разнообразието е закон на доброта. Всяка храна, която произвежда едно тягостно чувство, тя е неестествена храна. Щом е естествена, тя трябва да произвежда радост и веселие.

Ще избягвате еднообразната храна. Еднообразната храна, каквато и да е тя, е вредна. Еднообразното дишане, каквото и да е то, е вредно. Еднообразното мислене, еднообразните желаниа са вредни. Когато човек започне да живее неестествен живот, и в това има еднообразие. Красотата на природата гори, реки, планини, долини е в разнообразието, а в пустинята всичко е голо и еднообразно.

Крушите, ябълките, сливите, картофите, морковите, това са степени на сгъстена светлина. Не може само с картофи да се храниш, нито само с ябълки. И най-хубавата храна е вредна, щом само с нея се храниш.

Един път да ядеш в седмицата картофена супа иди-дойди, но всеки ден да ядеш картофена супа, пък и каквато и да е супа не е хубаво. Между твърдата и течната храна разликата е голяма; твърдата доставя една материя, течната друга. Природата дава разнообразна и богата храна. Ако ти никога не си вкусил портокал, липсва ти нещо от портокала. Ако ти никога не си ял сливи, круши, грозде, от съдържанието на тези плодове ще ти липсва нещо. Ако никога не си ял житен хляб, ще ти липсват качества, които житото носи. Както е в тези народи, които не са яли житен хляб.

В яденето има нещо духовно, то не е само чисто физичен процес. Храните са материализирани мисли на същества, които стоят по-високо от нас, и тези мисли се трансформи-

рат у нас, когато ядем плодове и зеленчуци. (...) Започнете да правите опити в храненето не само за придобиване на здраве, но и за подобряване на чувствата и на мислите, на главната и симпатичната нервна система.

Естествена храна

Който се храни физически, духовно и умствено с чиста и доброкачествена храна, в него има условие за безсмъртие.

Човек, който иска да прогресира, трябва да изключи в душата си насилието. Най-първо не трябва да насилва себе си. Защо ти ще се насилваш да приемеш някакво убеждение? Ако въздухът, който дишам, за мене е нещо естествено, аз трябва да го оставя свободно да влиза в мен и да излиза. Храната също ще я оставя естествено да влиза и да излиза. Ние сме изпълнени с насилие. Ако не харесваш храната, ти ще я изпържиш, ще й сложиш малко масло, пипер, ще я поръсиш със сол, ще прибавиш това-онова и ще се насилиш да я изядеш. След като се нахраниш, казваш: „Тежко ми е нещо“.

Казвате: „Ако храната ни е естествена, може би животът ни ще се продължи“. Всяка естествена храна трябва да продължи живота. Щом една храна скъсява живота, не е естествена. Щом известен възглед съкращава твоя живот, той не е естествен. Щом една мисъл ти действа зле, тя не е неестествена. Всяко чувство, всяка постъпка, които съкращават човешкия живот, това са неща неестествени.

Първоначално яденето е било хармонично, а сега е дисхармонично. Няма човек, който след като е ял, да не е умрял.

Този човек, който знае как да се храни, живее дълъг живот 100, 120, 130 години. Адам, който знаеше закона, живя 900 години. След това животът почна да се съкращава, защото хората вече съгрешаваха и се хранеха с месна храна.

На човека, който минава за млекопитаещ, Бог му е дал разнообразна храна. Той е изгубил онзи начин на хранене, който се дължи на принципа на живота. Тези принципи са се изгубили, след като хората са излезли от рая. Хората са живели по 990 години в рая, живели са по 20, 30, 40, 50, 100 хиляди години в рая.

Ако на нашия стомах бихме дали такава храна, каквато изисква, ние бихме живели не само до 120 години, но и до 900 години, близо 1 000 години бихме живели. Но понеже не даваме съобразна храна на стомаха, вследствие на това той се отказва да работи, стачкува, хората умират преждевременно.

Във всички процеси на мислене, чувстване и постъпки има нещо онаследено. Трябва да се освободим от онаследеното ядене, мислене, чувстване и постъпване, защото те оставят излишъци, които от своя страна носят отрови, от които хората умират. В първия човек това го е нямало, у него никакви излишъци не са оставали. Яденето е било чисто, без утайки. Днес всичко, което се яде, има утайки. И в мислите има утайки.

Медицината трябва да изучава първо здравия човек. Тя трябва да изследва кръвта на здравия човек и оттам да вади своите заключения за всяко отклоняване от нормалното. Като знае състоянието на здравия човек, лекарят ще може да препоръча с каква храна да се храни. И по този начин той ще дойде до положение да лекува болните с определена храна. Храната може да лекува човека. Ако разгледате положението на семействата сега, ще видите, че у тях има нещо старо, от което те трябва да се освободят.

Страданията, които вие имате, се дължат на отровите, които майките и бащите внесоха във вашия организъм, на отровите, които вие всеки ден внасяте във вашия организъм.

И в Писанието всякога се казва: „Чисти бъдете!“ Чистотата трябва да започне от храната.

Първата храна на човека е плодната. Останалите храни месо, риба това са резултат от човешки тълкувания и човешки морал.

Ако дойде някой човек при мене, ще му предскажа какво е писано. Първото нещо, което ще му кажа, е следното: пази се от безразборното ядене, да не ядеш какво и да е. Това е храната за човека, а всичко останало е храна за свинете, за говедата. Защо са малките семенца? За славеичетата. Не бутай тяхната храна. Яж онази храна, която е за тебе. Така е писано. Не се занимавай с онези мисли, с които животните се занимават. Не се занимавай с онези чувства, с които животните се занимават. Не се занимавай и с онова разположение, което животните имат.

В Стария завет имаме опит с Даниила и другарите му, които искаха да ги хранят с царска храна, но те казаха: „Моля ви се, дайте от царската храна на другите, а на нас дайте от простата чиста храна, която се състои само от плодове“. „Може да се развалят лицата ви, да изгубите красотата си, а с това ще ни подложите на големи изпитания, да изгубим службата си.“ „Не, направете опит само за 1015 дена и ако видите, че нашите лица се развалят, тогава ни дайте от царската храна.“ Но оказа се, че от тази храна не се развалиха лицата им.

Единственото нещо, което може да спаси човека, то е да падне на добрата почва. Да допуснем, че майка ви е опекла някоя баница, разни сладкиши, печена кокошка, печена риба, майонеза, разни котлети за вас. Но ако всичките тия менюта се заменят с ябълки, круши, грозде, с портокали, питам: коя храна, първата или втората, ще бъде по-естествена? Втората. Тази храна е много по-хубава. Плодната храна не само по

отношение на физическия, но и на духовния живот е най-хубавата храна. Вие една баница не може да сеете. Баницата, която сте направили, изядете я, или пък, ако не можете да я изядете, разваля се. Но от едно плодно дърво, след като ядете ябълките, крушите, ти можеш да запазиш семената и да ги посееш. И тази храна се увеличава. Това е естествената храна. Божествената храна, сама по себе си расте и се увеличава.

Според мен най-добрата храна е тази, която може да се намери навсякъде.

По-рано, в първичния живот хората не са били месоядци. Щом природата е допуснала месната храна, тя е имала някаква крайна цел, някакъв замисъл, но ние влизаме в една нова фаза, в която не е позволено да ядем вече месо. Всички животни и птици носят сега в себе си зараза. Много от болестите и главно неврастенията се дължат на прекалената употреба на месо. Житото, царевицата, овесът, оризът и всички зърнени храни заместват по сила, жизненост и качество месото, без да съдържат отровите му. А плодовете са най-прекрасната храна за съвременния човек.

Казва Христос на Петра: „Хвърли мрежата!“ Това не е съгласно със сегашната теория на вегетарианството. Христос не е проповядвал вегетарианството в този смисъл, както сега го разбират вегетарианците. (...) Обаче във времето, когато Христос се яви, употребяваха рибите по известни съображения. Ако вие сте на Северния полюс, с какво ще се храните? Условията ще ви наложат да се храните с месоядна храна. Растителна храна няма, риба има изобилно. С риба ще се храните. Това са външните условия. Човек е ял месна храна при следните условия: понеже животните и той вървели паралелно, слизали са надолу, месната храна е била съвместима с човека. Но човек се е отделил от животните, животните сега слизат надолу, човек е поел по една възходяща линия.

Следователно, ако сега човек се храни с месна храна, той ще се намери в едно противоречие, понеже тежнението на животинската храна е към своя първоначален източник. Ако ти се храниш с месна храна, един ден ще влезеш в положението на животните.

Растителната храна е във възходяща степен, растенията сега слизат, те се диференцират, материята им не представлява такава опасност за човека растителната храна е още в съгласие с него. Затова ония клетки, които се образуват от растенията, не изискват голяма енергия да се задържат.

За нисшите животни месната храна е необходима, но за един по-висок живот, какъвто е човешкият, тя е вредна и за физиката, и за психиката, най-вече за кръвта на човека. Колкото по-високо стои човек, толкова по-чиста храна употребява.

На високите върхове да не се яде месо. Месната храна е несъвместима с големите височини. Тя е тежка за човешкия организъм. Мистичните влияния не са съвместими с месото. Трептенията на животните са нисши, а на високите места трептенията са бързи, на месото трептенията са слаби, иска се храна, която вибрира бързо.

Ако сте месоядци, яжте предните части на едно животно, а не задните. В задните части са поставени членовете на нечистотата.

Когато разглеждаме въпроса за вегетарианството, имаме предвид, че месната храна спира прогреса на човешката индивидуалност. Когато храната спира човека в неговото развитие, не трябва да се яде; не че в самото ядене има нещо, но ако яденето ще спъне човека, по-добре е да не го яде.

Месната храна е едно голямо зло за човечеството. Вибрациите на тази храна са от друг, по-нисш род, несъответстващ за сегашния човек. Животните са от по-ниска еволюция и

като ги ядем, те без да искат стават причина за слизането на хората към земята, а пък хората си създават условия за разрушение.

Един се храни с вегетарианска храна с ябълки, а друг се храни с печена или варена кокошка, или с варени яйца, или със свински пържоли, опечени хубаво с черен пипер, с лимон отгоре. Единият човек си яде месото, хич не мисли, че е нечисто. Яде и благодари на Бога. А другият яде ябълки и казва за месото: „Другата храна е нечиста.“ Но другият, като го вижда, казва: „Това е говежда работа. Говедата ядат такива работи.“ Всеки мисли, че неговата храна е по-добра.

Е, как ще знаете вие коя храна е чиста и коя е нечиста? Туй, което спъва човека, е нечистото. Аз считам тъй за себе си: всяко нещо, което спъва човека е нечисто. Аз така си мисля, нечисто е то. Практически за да си изясним, си служим с тези термини, защото всяка идея трябва да има нещо определено, което трябва да разбираш. Много пъти мислиш, че разбираш нещата, които не са определени. Някой казва: „Нечисто е, ама как хубаво мирише!“, и прочее. Не е там въпросът. Спъва човека нищо повече. Туй, което уморява човека, е нечистото, това, което отдалечава човека от Бога, е нечистото, това, което те спъва да вървиш по пътя си, за да достигнеш своя идеал, то е нечисто. Нечистотата е, която спъва човека. Спъването значи: винаги тъмнота има тук. За да се спъваш, значи има тъмнота. Нечистият живее в тъмнота. Нечистотата е свързана с тъмнотата. В светлината не може да живее, тя живее в тъмнотата. И се казва, че всички ония вредни микроби, които измъчват, уморяват хората, при светлината умират и затова те живеят в тъмни места, в тъмнината живеят.

Всички страдате от малките погрешки. Не ги оставяйте! Малките погрешки, те са като тези същества, които много се развъждат като въшките, като зайците. Англичаните, ка-

то завладяха Австралия, занесоха зайци да се развъдят, да могат да ядат повече месце. Толкоз се развъдиха тия зайци, че станаха нещастие за населението: изпояли наоколо пасбища, започнали да измират животните. С милиони зайци и най-после накарали някои месоядни животни да ги ядат. Тия, месоядните, като яли зайците, започнали да ядат и техния добитък, та двойно нещастие.

Неестествената храна, която днес хората употребяват, внася в тях много болести, пороци, омраза, умора, разрушение.

Сегашните хора, употребяват много месо. Не само зъбите им ще опадат, но и главите им ще оголеят от много ядене на месо.

Месната храна е голяма спънка за повдигането на човечеството и е причина за много от страданията му. В животните се образува голяма омраза за това, че ги колим, а омразата ражда най-силните отрови, най-силните зарази идват от месото. Който не се откаже съвсем от месото, ще остане назад в развитието си.

Някои казват, че месоядните дълго живеели. Засега най-много живеят растенията. Те не са месоядни.

Онези, които искате да умираете, вие си яжте каквото знаете, и свинско може да ядете, позволено е. Онези, които искат да умират и свинско ви позволявам, и говеждо, и овчо, и кокошо, и пьдпъдъци, и биволско, каквото намерите. Онези от вас, които не искат да умираат, казвам: пазете се от тази храна. Някои са месоядци, а други вегетарианци. Вегетарианците и те умираат.

Сега човек е изостанал много назад и за да се повдигне,

не бива да яде месо. Месоядните животни много повече боледуват, отколкото тревопасните. Вегетарианската храна е чиста.

Докато хората са месоядци и вегетарианци, те ще боледуват, ще страдат и ще умират. Все пак има малка разлика между вегетарианците и месоядците: вегетарианците по-малко ще страдат и боледуват от месоядците. Растителната храна още не е толкова чиста, за да внесе елементите на безсмъртието в живота.

Ако се направи един опит, ще видим, че ония хора, които се хранят с растителна храна, ще живеят повече, отколкото ония хора, които се хранят с месо. Тия, животинските клетки, те носят смъртта в себе си. Понеже, като ядете животинските клетки, всяка животинска клетка тя си има стомах, черва, нечистотии, извержения, всичко туй ядете в свинското месо, в овчето месо. Вие, като ядете месото, приемате тия благоухания. Клетките са пълни с извержения, които учените хора наричат „токсини“. Когато се препоръчва растителна храна, то е защото най-малко токсини има в растителната храна, в плодовете. Това е от чисто научна страна.

Всяка животинска клетка си има стомах, черва, нечистотии, извержения. Като яде човек тези свински, овчи, говежди клетки, яде и изверженията им, наречени токсини. Най-малко токсини има в растителната и плодната храна.

От хигиенично гледище най-нечистата храна е месото. В печената кокошка са всички лайнушки на кокошката, в месото на телето са всички лайнушки вътре. Даже и растенията имат нечисти елементи. Каква полза ще имаш от едно растение, което е торено с човешки извержения?

Ако бих ви описал точно какво представлява месната храна-

на, не бихте я вкусили, не бихте я помирисали. Вие още не сте се освободили напълно от вкуса към нея. Ние сега само минаваме за вегетарианци. Въздухът е пълен с животинки, които ние дишаме. Тия дребни микроби са много опасни.

Бог е направил така, че човек да се храни с плодове, а той се храни с месо. Месната храна е внесла такива отрови във вашия организъм, че той представлява сбор от нечистотии. Ако бихте имали обоняние непокалено, вие бихте бягали далеч един от друг – такъв смрад се носи от тези, които ядат месо. Плодната храна, както и месната, съдържат в себе си различни елементи, поради което те предизвикват две различни състояния, а оттам и различни резултати.

Колкото по-чиста и здравословна храна употребява човек, толкова по-велико и светло бъдеще си приготвя той. За да се очисти храната от отровите, които идват от земята, от една страна, и от самите животни от друга, тя трябва да се пречисти. Никакъв физически и психически начин не е в състояние да пречисти храната, освен мислите и чувствата на хората. Най-много отрови се съдържат в месната храна. Неврастенията отчасти на това се дължи. Ще дойде ден, когато и растенията в стремежа си да запазят живота си, ще започнат да отделят от себе си отрови, с които ще пакостят на хората. И днес има такива растения, които отделят вещества, вредни за човека. Хората ги употребяват като лекарства.

Месото е една неестествена храна, понеже съдържа много отровни вещества. При клането се заражда страх и омраза у животните, поради което в организма им се образуват и отровни реакции. На това се дължи и нервността на цялата бяла раса, а и днешната неврастения произлиза до голяма степен по същите причини. От друга страна, веднага след смъртта на животното започва трупното разлагане и възникват други отрови, наречени птомаини*, левкомаини и

пр. Много е умна котката, че предразполага мишката преди да я изяде играе си с нея и когато почувства нейното разположение, чак тогава я стиска от един път и я изяжда, за да получи месо без отрова.

Когато човек употребява неестествена храна, в него се събират много утайки, които привличат бацилите на разни болести холера, чума, петнист тиф и други обаче всички хора не умират от тези болести, защото кръвта им е чиста, чистият човек нищо не го хваща. Чистият и с вяра човек може да ходи между холеричните и нищо да не го хване.

Кои хора боледуват? На които кръвта не е чиста. Един човек с чиста кръв, той не може да боледува. Защото ония микроорганизми, от които нашият организъм страда, те намират храна в нас. Всичките болести, които ги имаме, се дължат на нашата нечиста кръв. Или аз казвам тъй: всичките болести се дължат на онова вътрешно безлюбие, което съществува между хората. Запример ти хванеш една кокошка, погладиш я, нахраниш я, след туй ѝ туриш главата и я отрежеш. Тя се моли, но ти не я питаш. Тя кречи, казва: „Остави ме да живея!“ Ти казваш: „По-добре ти да умреш, аз да живея“. Утре и тебе ще те хванат. Кой от нас ще остане жив? Ние сега казваме, че е Волята Божия да умираме. Ако ти имаш едно дете и умира, Волята Божия ли е да умре? Писанието казва: „Не благоволява душата Ми към смъртта на грешника“.

Мазнини няма да ядете, защото те са причина за разни болести.

Има един закон: когато човек се храни неестествено, винаги в него се образува една неестествена топлина. Като се разболе човек, повишава се температурата на 3940 градуса,

*Птомаини (гр. птома труп) органично азотно съединение, което се образува при гниенето на животински белтъчини.

а като стане 4142 градуса, той свършва. Увеличаването на топлината седи в това, че онази топлина, която се увеличава, носи свои едри частици от материя.

Понеже човек се намира в патологично състояние, то и храната му е неестествена. Неестествено е човек да яде месо.

Много култури и цивилизации са изчезнали благодарение на отровите, които се съдържат в месната храна. Атлантската раса, запример, е изчезнала по причина на отровите в месото на животните. Съвременната култура е осъдена да загине по същата причина.

Месоядството води към страдания, нещастия и болести. За да се излекува от тях, препоръчват на човека вегетарианска храна. Следователно вегетарианството не е нещо друго, освен метод за лекуване. Докато се излекуват хората и народите, трябва да се хранят с листа, т.е. с растителна храна. След това ще дойдат до истинската храна – плодоядството, което беше първата храна на човешките в рая.

Всички казват, че от хигиенично гледище бялата раса върви към израждане. Аз не казвам, че върви към израждане, но към един неестествен живот, който може да се измени. Вследствие на този неестествен живот невидимият свят е изпратил житото, царевичата и другите зърнени храни да заместят месото. Сега има повече растения и по-голям брой разнообразни плодни дървета, отколкото сме имали в миналото. Тези растения заместват месната храна, правят я по-разнообразна и по този начин ще убедят хората, че растителната храна е по-износна, по-икономична и следователно по-достъпна за всички хора, даже и за най-бедните. Когато самите държави се убедят в това и разберат, че то е за благото на техните поданици, те ще вземат предвид това, което учените поддържат.

Във вас често се заражда въпросът: „Защо понякога път работите не ни вървят?“ Вие не сте се занимавали дълго време с храненето. Всяка една храна е дотолкоз полезна, доколкото е свързана с разумните същества. Затова считат плодната храна за здравословна, понеже тя е изложена на слънчевите лъчи. Ние правим една аналогия, както познаваме природата, кои храни съдържат повече интелигентност и кои не: там, дето светлината постепенно се увеличава, там има повече разумна енергия, повече природна енергия.

Веществата, които се съдържат в месото на млекопитаещите кокошки, пуйки тия есенции съществуват в природата в 10, 100 пъти по-чиста форма. И ако ние бихме били разумни същества, ние щяхме да почерпим тази енергия не от месото на животните, а от нейния първичен източник и щяхме да бъдем здрави, а сега пращаме животните, те да събират тази енергия за нас.

Единствената здравословна храна за сегашния човек е растителната. Тя смекчава грубото му естество. В бъдеще човечеството ще достигне до такова развитие, че ще може да извлича необходимите хранителни вещества направо от живата природа и тази храна ще бъде чиста, свършена и напълно здравословна. В тази фаза на развитие няма да има животни на земята.

Кой е истинският начин за приготвяне на храната? Всички трябва да се ползваме от методите на природата.

Аз не говоря за тази природа, в която ние сме оставили своите излишъци, не говоря за природата, която е създадена от мъртвите тела на милиарди и милиарди същества, но говоря за онази жива, Божествена природа. Сегашната природа е създадена от останките на миналите същества, върху тия мъртви тела растат сега крушите, ябълките и други плодове. Следователно ние се храним само от мъртви същества. При

такова положение може ли да бъдем безсмъртни? Никога! След време, когато започнем да образуваме храната си от слънчевите лъчи, ще бъдем безсмъртни. Дотогава, докато изваждаме за храна сокове от земята, ще умираме, смърт ще има за нас. Един ден ние ще имаме растения, които ще възприемат енергия направо от слънцето. Хлябът също ще приемаме направо от слънцето. Само тогава ние ще имаме възможността да бъдем безсмъртни. И сега можем да бъдем безсмъртни, само че се изисква голямо усилие.

Готварство и суровоядство

Като стремеж яденето е общо за всички. Като яде, всяко същество изпитва удоволствие, но това удоволствие е различно у различните същества. Като е изпитвал удоволствие при яденето, човек започнал да разсъждава по какъв начин да увеличи удоволствието. В пътя на тия разсъждения се е създадо готварството. Готварството е специфично изкуство, присъщо само на човека, но не и на животните. С увеличаване на удоволствието при ядене, хората са започнали да се стремят към придобиване на все по-големи количества от благата, които природата дава. Желанието на човека да увеличава благата, с които си служи за ядене, се е пренесло и в психическия му живот.

Готвенето е творчески процес. Готвачът има 25 тенджери, всеки ден твори, мисли какво да сготви. След като поддържа добре своето заведение, то е творчество. Вие като ядете, и във вас има творчество. След като ядете добре, то е творчество. Творчеството на онези, които ядат е: да направят видимите работи невидими. Вие казвате: „Как?“ Всеки може да направи това. Ако можеш да направиш видимите работи невидими, в тебе има творчество. Гостилничарят трябва да направи невидимите неща видими. В две посоки има творчество: гостилничарят прави невидимите неща видими, а вие

трябва да направите видимите неща невидими. След като изядеш яденето, то става невидимо. Може, след като изядеш яденето, да измиеш хубаво паницата, тъй да я измиеш, че да не остане никаква трошица. Гостилничарят казва: „Плати!“ Ти казваш: „Нищо не си ми дал, какво искаш да плащам?“ Представете си, че той няма никакви свидетели, какво би казал тогава? Законът не може да ви хване. Защото работите са станали невидими.

Никога не считай храненето като удоволствие, но като една приятна необходимост да съградиш живота. Не ходи да се бъркаш как трябва да става готвенето. Ако не искаш да ти готвят хората, готви си сам. Онези, умните хора, трябва да си готвят сами.

Не чакайте друг да ви готви. Сами си приготвявайте яденето.

Знаете ли колко се плаща на готвача на английския крал? Този готвач е французин по произхождение. Този готвач е почтен, виден човек. Ако един готвач знае как да сготви ядене на някой богат болен човек, това негово ядене ще струва хиляди левове, ако болният оздравее от него. Ако вие знаете това изкуство да готвите по този начин, вие бихте лекували с готвенето. Ако имате ревматизъм, ще сготвите по един начин, ако имате невралгия, ще сготвите по друг начин; ако страдате от главоболие, ще ви сготвят съвсем друго ядене. Изобщо за различните болести ще се готви по различен начин. Няма болест, която да не може да се лекува с ядене.

Готвачеството е цяла тайна, която жените познават. Когато мъжът е недоволен от жена си, аз зная причината за това. Той е недоволен от нея, защото тя не знае да готви. В това съм сто и едно на сто убеден. Ако жената знае как да готви на мъжа си, тя ще бъде така обичана от него, както никой друг. Ако жената не знае да готви, и мъжът ѝ ще бъде недоволен от

нея, тя ще се оплаква от съдбата си, от това-онова. Казвам: никой не е виновен за нейното положение, освен това, че тя не знае да готви. Като не може да се справи с невежеството си, тя намира този или онзи виновен. Ако тя знаеше да готви, въпросът щеше другояче да се постави. В готвачеството има някаква магия.

Вижте този син майчин, който има 100 квадрилона на разположение, и след всичко това смее да каже, че гладен щял да умре! И след това дойде някоя жена при мене и се оплаква, че мъжът ѝ не я обичал. Много просто тя не знае да готви. Нека дойде при мене, аз имам една хубава кухня, ще я науча да му готви както трябва. Нека опита това и ще види, че като му наготви добре, той ще остане доволен от нея и ще си вземе думите назад. Каквито лоши думи ѝ каже, ще си ги вземе назад. И ако жената не обича мъжа си, нека и той се научи да готви добре. Едно време готвеха само мъжете, но сега и жените станаха готвачи, яви се конкуренция. Не зная сега кой готви по-добре: мъжът или жената. Засега нито жените, нито мъжете още са добри готвачи.

Ако ти, след като си пил в някоя кръчма или си ял нещо неестествено, и след това се яви желание да повърнеш всичко това назад, може ли да се каже, че ти си ял и пил по законите на музиката? Всяко нещо трябва да става музикално. Когато ме канят някъде на гости, аз си давам ухото да чуя, дали като са готвили, са пели, или не са пели. Ако са пели, вкусът на яденето е съвсем друг от този, ако не са пели. Ако не са пели, яденето се отразява неприятно върху стомаха. Мнозина са ме питали как да готвят. Досега не съм казвал, но сега ще ви кажа: като се готви, трябва да се пее.

Всичко, което си готвите, да е от пресни материали, и с Любов, и песен сготвено. Като сееш житото на нивата, ще пееш, като го жънеш и вършееш, ще пееш също. Като месиш хляб, ще пееш, като доиш мляко също.

Защо ученият, като ти готви, учен ставаш, а простият, като ти готви, прост ставаш? Добрият, като ти готви, добър ставаш и лошият, като ти готви, лош ставаш. Бедният, като ти готви, беден ставаш, сиромашът, като ти готви, беден ставаш, богатият, като ти готви, богат ставаш. Тъй седи истината. Другото не е вярно. Според онова, което ние сме изследвали, не е вярно.

Аз гледам някоя домакиня безразборно готви. Във вестниците наскоро беше дадено описание какъв трябвало да бъде един модерен готвач. Първо трябвало да изучи френска кухня, немска кухня, да изучи руска кухня, да изучи източна кухня, най-после да отиде в Америка, да се научи да прави тези (...) и след това да стане най-виден, гениален готвач. Авторът казва: докато се научи на тези потънкости, той ще иде в онзи свят. Там не знаем на кого ще готви.

Силата на една храна, която може да ползва нашия стомах, не зависи от това, как тя е сготвена. Да не мислим, че като турим повече солчица, пипер и масло, храната ще бъде по-здрава всичко това ще бъде за нашия вкус. За да изпитаме една храна дали е добра, трябва да видим, като постои половин час в стомаха, какво е разположението на последния. Щом има малка тежест, тази храна не съответства на вашето здраве.

За предпочитане е да се туря по-малко сол в яденето, а който се нуждае от повече сол, той сам си добавя нужното количество. Водата е носителка на живота, не и солта.

При пърженето на лука, на месото, изобщо на храните всички летливи масла се изгубват, част от хранителните материали изчезват. Трябва да знаете какви елементи да употребите при готвенето и как да ги съчетавате.

Съвременната домакиня не знае как да готви. Тя вземе лука, нареже го и започва да го пържи. Пържи лука, но и тя ще се опържи като него, нищо повече. Като се опържи, лукът ще изгуби всички витамини, всичкия си живот, еликсира и ще останат само отровите в него. След това домакинята ще тури малко червен пипер, малко домати, малко развалено масълце за икономия, че днес всичко било скъпо, и ще сготви яденето, ще го предложи на мъжа си. Мъжът гледа отгоре е красиво, хубаво яденето, но отвътре не е чисто, не е добро яденето. Той се понамръщи малко, понавъси се, а тя казва: „Мъжът ми не е доволен от яденето“. Че как ще бъде доволен?

Най-първо жената трябва да се отрече от старото си изкуство на готвене. Тя трябва да има милост към лука, като го реже, да му пее и да не кълца тъй ситно, но на едри парчета. Аз позволявам лукът да се реже най-много на 10 парчета. Ако аз съм готвач, бих го нарязал на 10 парчета. После ще нарежа картофите, ще туря солта, червения пипер, маслото и всичко заедно ще туря да ври най-много 25 минути до половин час. Добре е картофите да останат малко несварени. Както аз разбирам готвачеството, не е хубаво картофите да бъдат много разварени. Нека възлюбеният се научи да дъвче малко. Това е по-здравословно. По-добре е да се ядат сурови картофите или малко сварени.

Хубаво изпечете хляба, но не го прегаряйте. Хубаво сгответе яденето, нека ври на слаб огън. След завирането огънят да е слаб, така да ври около час най-много.

Хлябът не бива да се реже с нож, особено ако ножът е железен. Вилиците, лъжиците и ножовете трябва да са сребърни или златни, но не и железни. Желязото и калаят трябва да се заместят със злато или сребро, съдовете ви направени от най-чист порцелан или стъкло, най-добре да са златни или сребърни.

Здравето на човека почива върху една трезва мисъл, едно трезво чувство и една трезва воля. Или можем да дадем друго определение: здравето на човек почива върху една права мисъл, върху едно право чувство и една права воля. Следователно човек трябва напълно да се е определил с каква храна трябва да се храни. После той трябва да е определил качеството на тази храна, както и начина, по който трябва да се готви. Често аз обичам сам да си готвя.

Ще ви приведа пример, как можете сами да си нагответе и то само за половин час. Трябват ви всичко две чушки, два домата и два картофа. Ако е зимно време, или ако е студено вън, ще стопля малко вода, за да поля доматиите и чушките да не са студени. После ще нарежа доматиите на малки парченца, чушките ще опека на огъня и пак ще ги нарежа, а картофите ще ги изчистя, ще ги нарежа на колелца и ще ги туря да се варят около 1520 минути. Като се сварят, ще ги туря върху другия зарзават. След това ще си взема една филия хляб и ще си направя един отличен обяд. Зимно време такъв обяд излиза много скъпо. Две чушки по 6 лв., струват 12 лв. Доматиите сега са много скъпи, около 120 лв. Така че двата домата ще струват около 30 лв. Значи, чушките и доматиите ще струват 42 лв. Като прибавите и за картофите, които сега са скъпи, около 8 лв., ще имате един обяд около 50 лв.

В природата най-добрите готвачи са плодните дървета. Орехът е готвач, крушата е готвач, ябълката е готвач, сливата е готвач, черешата е готвач, картофите са готвачи и т.н.

Мислите ли, че природата одобрява кухнята на сегашните хора? Тя е създала плодовете, зеленчуците като готова храна за хората. Но като не знаят как да ги използват, те ги варят, пържат, турят им различни подправки. Но вместо полза, тази храна им причинява вреда.

На готварство ще се учите от природата вижте само плодовете какви са, а вие, като накълцате месото, че като турите

в него лук, червен и чер пипер, разни миризми и подправки, то става една каша!

За много хора вече не е полезна месната храна. Засега най-здравословната храна е растителната, но тя трябва да бъде прясна. Разумните същества са ни приготвили най-хубавото ядене, а ние сме го оставили настрана и ядем суха пастърма. Растенията са много добри готвачи и кой друг може да готви така добре като тях?

Суровата храна пречиства кръвта.

За здраве започнете да ядете повече сурови храни. Суровите ябълки са по-добри, отколкото печените. Употребявайте суров праз, сурово зеле. Ряпата, морковите могат да се настържат със зехтин.

Новата култура не позволява да се вадят никакви екстракти, никакви есенции от плодове. Всичко трябва да се употребява в естествен вид, както природата го е създала.

Житото, крушите и всички плодове вече са печени на слънцето, няма защо и вие да ги печете или варите за предпочитане е да ги употребявате в естествения им вид.

С малко хлебец, добре сдъвкан, може прекрасно да се нахраните. Жидката храна, яхниите, соковете, супите са мълносномилаеми. Само храна, която се дъвче и е хранителна като хляба, е лесносномилаема.

В менюто ви супи да няма. Може, само когато сте болни картофена или зарзаватена супа, но лека. Ябълки, круши, твърда храна, която се дъвче да ядете.

Супата разваля стомаха разрежда стомашния сок, разваля и гласа.

Ако човек се храни само с течна храна, има опасност да се повредят зъбите му. Това се отнася и до супите. Зъбите се повреждат и от ядене на топло, после студено и обратно.

Кое е по-хубаво: да ядеш печена или сурова пиперка? Печената е по-сладка, а суровата е по-здравословна. За онези, които се лекуват, суровоядството е хубаво.

Ако зъбите ви са здрави, яжте всичко сурово.

В моето меню супа няма. Има ябълки и твърда храна, зъбите да дъвчат.

Всичко в Природата е само твърда храна. Има течна храна, вода и мляко, но тя е за децата. Всеки трябва да има здрави зъби, здрав ум и здраво сърце, да напусне меката храна и да почне с твърдата храна.

Никога не яжте след горещо студено и обратно. Резките промени развалят зъбите.

Резките промени в температурата на храните се отразяват вредно на стомаха.

Суровата храна можем да я поставим в топла вода, докато се затопли. Топла храна е потребва, а горещата може да се избягва. Човек трябва а приема и топла вода, стомахът се поврежда от пиенето на студена вода и от приемането на ледено. Много болести дохождат, когато човек яде студени ястия. Някой го боли стомахът ял е ледени дини.

Днешното готварство ще остане в архивата на човешкия живот като утайка.

Искате ли да растете духовно, яжте малко храна, чиста,

прясна, без подправки и запръжки. Някога човек се е хранел само със светлина, но днес този начин е забравен. Само очите са запазили този начин на хранене.

Обикновеният, талантливият и гениалният човек това означава външният живот, външните условия, при които човек живее. А светията живее при вътрешните условия. Когато аз се занимавам с храненето и мисля коя храна е благоприятна, има една храна, която Бог е определил за светията, и той трябва да се храни с нея. Светията трябва да се храни от Дървото на живота. Никакво готвене! Нищо, което излиза от земята, а от Дървото на живота. Той трябва да го намери и от тия плодове трябва да се храни. Всеки ден на светията трябва само един плод една ябълка. На светията му е достатъчна една ябълка от 100 грама.

ПРИЕМАНЕ НА ХРАНАТА

Хармония

Кое наричаме „правилно хранене“? Правилно хранене е това, при което мисълта взима активно участие.

Човек, който като се храни не мисли, все едно не е ял.

Мозъкът и стомахът са двата полюса на живота. Ако ви боли главата, трябва да знаете, че и стомахът ви е в безпорядък. Ако ви боли стомахът, трябва да знаете, че и главата ви не е в ред.

Нечистите духове, за да разбъркат главата, разбъркват първо стомаха.

Човек всякога да е буден! На сутринта да е будно съзнание-то и половин час да дишаш и да благодариш, на обед половин час да дишаш и да благодариш и вечерно време половин час да дишаш и да благодариш. Направете това, да видите как ще се подобри здравето. Там, дето умът присъства, всяка работа става добре. И при стомаха е същият закон. Ти ядеш, без да присъства твоят ум. Ако ядеш и не благодариш за яденето, пак е същият закон.

В природата съществува един закон: когато искате да решите някой въпрос, мислите понякога път дълго време 5 минути да мислиш е достатъчно. Пет минути като мислиш и каквото решиш, е достатъчно. Ако мислиш 2030 минути и ако цял ден мислиш, пак същото ще решиш.

Да допуснем, че атмосферата ви влияе, усещате в краката си известно изстиване. В дадения случай концентрирайте ума си върху краката и вижте за колко минути след като сте се концентрирали, краката ще се стоплят. Това е закон за здравословното състояние. Там, дето участва умът във всички ония процеси в съзнанието или в самосъзнанието, вече имаме добри резултати. Ако ти ядеш и умът ти присъства в яденето, намираш, че яденето е работа. Ако участваш с всичкия си ум, ще видиш, че тази работа ти е приятна и ти от тази храна ще почерпиш голям запас енергия. Ако ти пиеш вода или дишаш и умът ти присъства, непременно ще имаш добри резултати.

Всеки трябва да познава организма си и да го храни със съответна храна както във физическо, така и в психическо отношение.

Сегашните лекари определят колко грама от всички вещества трябва да се вземат на ден, но те определят това по механичен начин. Вие можете да вземете известно количество

мазнини, но колко от тези мазнини ще бъдат асимилирани, то е важното. Вие може да изядете цяло агне, но колко ще ползвате от него, то е въпрос. Индуските йоги ядат на ден по 50 или 100 грама ориз, но те изваждат от него десет пъти повече хранителни вещества, отколкото би ползвал един човек, който не е йога и който яде по 5-6 пъти на ден. Европейците вечно бързат и като ядат, не дъвчат добре храната и не мислят за нея, като ядат, мислят си за странични работи. Когато ядете хляб, ще мислите само за хляба той е свещен. Житото е свещено. Ядете несъзнателно, а после казвате, че страдате от разни болести. Болестите показват отклонение във всяко отношение умствено, сърдечно, волево.

За да се проявят по-висшите духовни способности, човек трябва да има по-фина материя и това става чрез храненето, но трябва да се знае как да се изкара важния екстракт от храната. Ние много ядем, а малко извличаме от храната. Същественото е онова, което усвоим при съответно душевно разположение. Когато човек е разположен и спокоен, може по-лесно да приеме енергиите на храните праната.

Идеята, че с малко храна не може да се поддържа организма, не е правилна. Малкото количество храна, добре асимилирана, дава повече енергия, отколкото многото храна, не добре обработена.

Може да живеете само с една хапка хляб на ден, стига да знаете как да използвате скритата сила на тази хапка.

(Един светия) 24 часа ще се моли върху ориза, ще слезе една особена енергия и тогава ще го свари с особена вода и като хапне, той вече яде една храна, която носи живот. Ти сега мита-немиа крушата ядеш ще умреш.

Онези, които дълго време са изучавали закона на хра-

ненето, употребяват по 50, по 100 грама ориз на ден и са здрави. Със 100 грама масло ти половин година можеш да живееш.

Правилното хранене е от 50100 грама храна да извлечете енергия толкова, колкото е необходима за вас. Всичко зависи от вас. Всичко зависи от ума. Количеството на храната не определя силата на живота, качеството, а разумното използване на енергията.

Аз, като минавам из нашето лозе, зная кой е изял гроздето. Ядат и оставили черупките. Някой път виждам, че са го изяли пчелите, но някой път виждам, че хората го изяждат. Пчелите, като изяждат, не оставят нито една черупка. Пчелите, ако го ядат, те го преработват на мед. Ако човек го възприеме, какво ще излезе? Нищо няма да излезе. Човек каквото е ял, той не го е преработил.

Сегашните хора ядат много и въпреки това страдат от липса на енергия. Това е причината за различните болести.

Задайте си за цел в продължение на една седмица да бъдете добри, внимателни с всички хора, да ядете и пиете по всички правила на храненето. Вижте след това каква енергия ще придобиете, каква радост ще внесете в дома си.

Яж храна, която обичаш и се разговаряй с нея. Това значи да употребяваш жива, а не мъртва храна. Мъртвата храна не допринася никаква полза.

Никога не яж туй, което не обичаш. Никога не мисли за това, което не обичаш.

С всяка хапка, която взимаш, ще се разговаряш с нея. Ще я питаш отде иде, накъде отива ще се разговаряш с нея.

Между тебе и храната трябва да има общение, връзка.

Най-първо влез във връзка с хляба, който е жив. Хлябът не е умрял. Влез във връзка с хляба вътре. Тогава ще придобиеш тази енергия.

Като ще ядеш хляб, първо мисли за неговата сила и смисъл. Ние не правим това, а искаме да имаме постижение, искаме да станем светии.

Когато ям ябълка, мисля какво самоотричане има в нея, каква жертва прави и колко е красива. Когато ям жито, мисля колко добър пример дава то и желая да бъда като него.

Много медиуми казват само житен сок да пиете, пък те не разбират житото в този смисъл. Те не знаят, че за да пиеш този житен сок, трябва да имаш съответното разположение на житното зърно; ако овесена вода ще пиете, трябва да имате съответното разположение, праз ще ядете трябва да имате съответното разположение, на прازа. Нямах ли туй разположение на прازа, празът нищо не те ползва. Там е вътрешната страна.

Давам ти една круша. Ще ядеш, но трябва да знаеш тона на крушата, ако вземеш тона, тогава ще ядеш. Ако вземеш ябълка, ще вземеш тона, тогава ще ядеш. Ако вземеш слива, ще вземеш тона, тогава ще ядеш. Ако ти ядеш нещо без да вземеш тона, ти ще си създадеш неприятност.

Естествената храна на всеки организъм е тази, която има същите трептения, каквито има организъмът. Всяка храна, която има същите трептения, каквито има вашият организъм, само нея яжте, тя е за вас, тя носи същия живот, какъвто е вложен и във вашия организъм.

Когато ядем някое растение, трябва да се нагласим с неговата гама. Всяко духовно качество си има своите материални

елементи. Храните се делят на категории. В разни епохи, в разни възрасти човек употребява съответни храни.

Трептенията на една храна трябва да са нагласени, да са в хармония с трептенията на моя организъм, че като ям, да стане едно пълно удовлетворяване, да има радост и здраве, и през целия си живот да обичам тази храна. Между храната и мен да има обич.

За да съдъвчиш храната си, изискват се определено количество трептения. Гладът показва едно количество трептения. Истинският глад се определя от известно количество трептения. Когато тези трептения съвпадат, гладът е намясто. Храната, която трябва да съдъвчиш, и от нея се изисква да образува известно количество трептения. Ако не дъвчиш право, ако мисълта не е съсредоточена, не е хармонична, ако за тази храна, която дъвчиш, не мислиш ти няма да се ползваш. Ако имаш свещеното чувство, че дъвчиш една хубава ябълка, пазиш красива мисъл, после имаш едно желание на тази храна да ѝ дадеш най-хубавото място и после да ѝ дадеш най-хубавата работа яденето е намясто. Щом ти си ял и си недоволен, чувствата ти не съответстват на храната, ражда се онази дисхармония, от която сега се раждат всичките болезнени състояния.

Казвам: при сегашните условия човек трябва да се учи да яде. То е цяла една наука. Ако знае правилно да яде мисълта му да присъства, неговите чувства да присъстват и неговата сила да присъства този човек правилно може да се развива. Заложбите, които Бог е вложил в него, правилно ще се развиват.

Храна, която при приемането не е свързана с твоята мисъл, не те ползва. Не яж храна, която не обичаш и която не може да привлече мисълта ти. Това, което обичаш и което привлича мисълта ти, с него се храни. Храната, ако я обичаш,

ще се отвори и ще ти даде нещо, иначе ще вземеш само огризките от нея. Всяка храна съдържа нещо специфично.

Всеки вид храна съдържа специфични енергии, които са нужни за организма. Има едно особено чувство у човека, което на всяко време му подсказва какво трябва да си хапне; именно тази храна ще му даде онези специфични елементи, които са необходими за съграждане на тялото.

Искате ли да се предпазите от греха в яденето, спазвайте следното правило: яжте само такава храна, която отговаря на естеството ви и която е проводник на Божествени енергии.

Ако имаш Любовта в себе си, ще дойдеш в меките трептения, в тебе ще се зароди желание да ядеш и вече е сладко яденето. Искаш да пиеш, но след като пиеш вода, имаш един сладък вкус. Понякоя път ядеш, но не ти се яде ти не си взел верен тон на Любовта, не действа. Тогава човек казва: „Не ми се яде“. Канят го за едно, канят го за друго, не му се яде. Като дойде Любовта, човек избира своята храна. Щом вземеш верен тон, веднага Любовта ти попушне каква храна ти трябва на тялото.

Някой казва: „Кажи ни истината!“ Да ти кажа истината? Ти имаш кожа и трябва да знаеш от какво се нуждае твоята кожа. Ти имаш мозък и трябва да разбираш законите на твоя мозък. Ти имаш бели дробове и досега не си се интересувал каква функция вършат те. Имаш стомах и не знаеш как трябва да ядеш и какво да ядеш. Не знаеш колко време да спиш и как да спиш. „Ама еди-кой си учен говори така.“ Че на птиците кой учен е казал как трябва да ядат и какво да ядат?

Съвременните хора казват, че човек трябва да яде, да се храни с разнообразна храна, за да живее. Вярно е, че човек трябва да яде, но какво да яде? Ако става въпрос за пчелата, тя се храни с мед. Вълкът се храни с месо, овцата с трева. С

какво се храни човек? Природата е строго разпределила кой с какво трябва да се храни. На човека е определила да се храни с прясна, чиста храна, която мъчно се разлага. Кухнята на съвременните хора е неестествена. Тя се е отклонила от кухнята на природата, вследствие на което хората са изложени на различни заболявания и страдания. Един ден, когато те се свържат с разумната природа и се подчиняват на законите ѝ, тя ще даде на всяко живо същество каквото то желае. Природата знае как да дава, как да задоволява желанията на всички живи същества. Съществува закон в природата, според който иска ли някой нещо, тя задоволява желанието му.

Хигиената на живота трябва да започне с правилното използване на светлината, складирана в растенията и плодовете. Ако възприетата светлина не може да се превърне в жива енергия, ние казваме, че храната не е добре асимилирана, т.е. между храната и дадения организъм няма съответствие. Сегашните хигиенисти и физиолози често препоръчват на човека храни, с които не се постига желаната цел. Едни хигиенисти препоръчват на хората месна храна, а други вегетарианска, но понякога вегетарианската храна от известни масла се разваля толкова много, че е в състояние да разстрои стомаха дори повече от месната. За да се избегнат тези разстройства, човек трябва да се добере до онази храна, която природата е определила специално за него. Това е един от важните въпроси, върху който всеки разумен човек трябва да се замисли. Не е важно какво е писано в книгите по този въпрос, но всеки човек трябва сам да намери своята храна, както това правят животните.

Кой е научил овцата да пасе трева? При това, кой я е научил да избира трева специално за нея? Без да е чела никаква научна книга, овцата знае каква трева да пасе. Овцата сама избира храната си, а съвременният човек трябва да чете ред научни книги, за да разбере коя храна е добра и коя не. Относно избора на храната, природата е вложила в човека вътрешен инстинкт или вътрешно чувство за разпознаване. И ако човек се върне към своето първично състояние на чис-

тота, той ще дойде до положение да различава коя храна е добра и определена специално за него. Ако човек се остави на природата, тя да го ръководи, той ще разреши правилно не само въпроса с храната, но ще знае положително какъв живот трябва да води и как да живее.

Има една свобода в света, в която няма никакви правила. Тя сама произтича. (...) Кой е законът, по който всеки един от вас си избира храната? Имат ли животните някой написан закон, че такава и такава трева трябва да пасат? Овцете имат ли такъв закон? Сега казват, че трябва да се научат хората как да ядат. Овцете в кое училище учиха каква трева трябва да пасат? Кой учител им предаде именно каква храна трябва да ядат? Те знаят да си избират храната, но нас, съвременните хора, трябва да ни учат какво трябва да ядем.

Овцата сама избира храната, която трябва да яде. Човек прелиства хиляди томове, за да намери указание каква храна му е подходяща. Природата е вложила в човека вътрешен инстинкт за разпознаване коя храна ще е най-добра за него.

Като седне да се храни, първо човек ще се спре, ще погледне храната и ще види трябва ли да яде от нея или не.

Да започнем с хляба. Особено вие, които сте много вярващи, като купувате хляб, нека всеки се спре пред една фурна и попита: „Да взема ли хляб оттук или не?“ Ако нещо ти каже: „Не вземай!“ няма да вземеш. Спри се пред друга фурна и пак попитай: „Да взема ли хляб или не?“ Като дойдеш до десетата фурна, нещо ти каже: „Вземи от този фурниджия!“ Вземи хляба и тръгни за вкъщи. В света има една особена хигиена.

За да може да възприемете Божествения живот, не трябва да бързате за каквото и да било. Вземате някакъв плод, не бързайте да го ядете. Първо го поразгледайте, вижте фор-

мата му, вдъхнете от аромата му, помислете откъде идва, защо носи такъв цвят, каква енергия носи. Плодът е цяло съчинение.

Хляба, като го вземеш, ти най-първо ще го поставиш при своя нос и ако излиза благоухание от хляба, яж го! Ако не, остави го настрана. Също така е и с плодовете. Твоят нос, ако показва, че този плод е хубав, яж го, ако не, тури го настрана. Устата и носът са близо един до други, за да си помагат.

Стомахът се нуждае от обонянието. Хубавите неща като ги помиришеш, иска ти се да ги вкусиш. Чрез него ти познаваш кои неща са хубави. Всички онези, на които обонянието е повредено, не са здрави. Ако една храна е развалена, то усеща и ти подсказва да не ядеш.

Храната, която приемате, да има ухане.

Дадат ви едно блюдо за ядене, концентрирайте мисълта си. Кажете си: „Да ям ли тази храна, или да не ям?“ Веднага ще дойде във вас нещо и ще каже: „Няма да я ядеш!“ Или пък: „Възприемай тази храна!“ Някой път казва: „Не яж!“, а ти ядеш. Друг път ти казва: „Яж!“, а ти не искаш да ядеш. В Божествения свят, когато ти се каже: „Яж!“ яж. Когато ти се казва: „Не яж!“ не яж. Нищо повече. Вие ще кажете: „Ами ако човек не яде, то е само за един момент“. Един момент ще те спаси. От този момент, в който ти не ядеш, ще тръгнеш в правия път. Едно послушание е начин да те вкара в правия път. Ако не послушаш, ти ще влезеш в кривия път. Всеки ден вие правите една погрешка. Всяка погрешка е отклонение. Всякога, когато поправяме погрешки, влизаме в правия път на Любовта.

В човека има едно чувство, с което той познава една храна дали е добра за него или не. Когато човек се научи да яде правилно и да избира съответната за организма му храна,

той е научил законите на физическия свят. Физическите закони имат отношение и към духовните, към вътрешния живот на човека.

Всеки човек си има по един учител. Туй е девственото начало в него, туй е вътрешната интуиция, туй е самосъзнанието, туй е свръхсъзнанието, туй е подсъзнанието, туй е съзнанието. Наричайте го както и да е, но ако се вслушате и като ядеш, нещо ти шепне: „Тази храна не е за тебе, не я яж!“ „Ама съм гладен.“ „Не яж!“ Ако 3 пъти ти каже и ти не го слушаш, казва: „Може да ядеш“. Но не се минава половин или един час, усецаш болка в стомаха, някаква тежест в гърдите си. Казваш: „Какво ми стана? Урочасах.“ Да, урочаса. Всеки един човек, който не слуша Божественото в себе си, той винаги урочасава.

Съвременните учени хора ядат безразборно. Който е гладен, яде храната и не знае тази храна, която възприема, дали ще подкрепи ума му или сърцето му, или волята му. Всичко става безразборно. След като се наяде, пак е недоволен. Казва: „Липсва ми нещо“. На сегашните хора им трябва голяма култура. Сега имаме една култура с голяма несигурност.

Досега аз не съм ви казал, сега да ви кажа в какво седи новото хранене. Като седнеш да ядеш, 5 минути ще мислиш, ще се помолиш на Господа, че като ядеш, яденето да иде точно на това място, дето е определено да иде: в главата да иде, в дробовете да иде, по цялото тяло да иде, всички клетки да се хранят. Ти седнеш, не питаш Господа, казваш: „Да върви където ще!“ Тогава яденето отива където ще, но някои от вас куцат, някои коремът ги боли, някои стомахът, бъбреците, черният дроб, жлъчката и постоянно се явяват лекари, които ги лекуват.

Едно желание, което се заражда в човешката душа, едно неестествено желание не е ли неестествена храна? Мойсей,

който е разбирал това, казва: „Не пожелавай!“ Една неестествена храна ще внесе дисхармония в душата ти. Яж само това, което законът позволява. А кое е то? Всеки предмет или всяка вещ, или всяко живо същество, каквото и да е, което не хвърля сянка в съзнанието ти, туй същество може да изядеш. Ти, като искаш да хванеш една кокошка, виж ако хвърля сянка в съзнанието ти, не я яж. Пък и човек, ако хвърля сянка, не го приемай. Ако не хвърля сянка, изяж го. Ще кажете: „Така ли е?“ И Христос сам казва: „Който Ме яде, ще има живот в себе си, а който не Ме яде, ще умре!“ Но Христос никога не хвърля сянка върху умовете, върху съзнанията на хората. Разбирайте нещата.

Бъдещата хигиена изисква хора с развити чувства, по вътрешен път да познават каква храна да употребяват и отде да я приемат. Кажете ли ви нещо отвътре да не ядете известна храна, или да не отивате в известна гостилница, слушайте този глас. Не го ли послушате и влезете в гостилницата, в която ви се забранява да влизате, вие ще изпитате голямо неразположение. Вслушвайте се във вътрешното си чувство, което всякога ви подсказва какво да ядете, къде да отидете, с кого да дружите и т.н. Има гостилничари, които не влагат добри енергии в яденето. Ядете ли тяхната храна, непременно ще се разстроите.

Този закон има приложение навсякъде в живота. Отиваш ли в магазин да купуваш нещо, вслушай се в своето вътрешно чувство имаш ли разположение към човека, от когото купуваш. Свързвай приятелство с хора, към които имаш добро разположение. Срещнеш ли човек, който произвежда някакво вътрешно противоречие в тебе, не свързвай приятелство с него. Не произвежда ли никакво противоречие в тебе, имаш ли разположение, свържи приятелство с него и не се страхувай този човек ще остане верен през целия ти живот. Следователно не свързвай приятелство с човек, който произвежда стягане на сърцето и противоречие в ума. Защо е

така, не питайте и не правете опит да се пресилвате, да преодолявате това чувство.

У човека има един орган, с който познава каква храна му е необходима и чрез него той ще си избере храната, която му е определила природата това са неща за въбъдеще. Ако за всеки човек се избират специфични храни, то много неприятности ще се избегнат. Не трябва да се налагат нещата, но човек сам трябва да избере онова, което обича, защото на някои хора цвеклото не подхожда, а на други морковите. Наложително е да влезе в приложение законът за обичта.

Човек има в себе си едно чувство за храненето. То е турско отпред, на челото. Туй чувство много деликатно показва тази храна дали е здравословна, или не.

Съвременното човечество е дошло вече до онзи предел на знанието. Има една наука, която не е теоретична, но която се прилага вече в живота. Тя е наука в дребните работи, а не в големите работи. Дребна, малка работа запример е науката за дишането. Всеки знае да диша, но колко много зависи от дишането! Всеки знае да яде, но колко много зависи от яденето!

Казвате: „Всеки ден се яде“. Там именно е изкуството, че много малко хора знаят как трябва да ядат. Всички хора ядат, и животните ядат, но това е едно безразборно ядене. В това отношение животните имат едно установено правило: те се хранят по инстинкт, но при това хранене, запример, тревопасните приемат храната си такава, каквато я намират, покрита с прах, с кал и всичко поглъщат. Те приемат много малко храна такава, каквато трябва. Ако дойдем до месоядните животни, те почти никаква хигиена нямат. Някой вълк ще отиде вечер около стадата, ще открадне едно агне и ще избяга. Като дойдем до хората, те приемат нечиста храна, но я гарнират с някакви приправки, и по този начин заблуждават вкуса си.

Вегетарианската храна е онази, чиито трептения напълно съответстват с трептенията и клетките на нашия организъм. При усвояването има пълно съответствие, или пълно изтичане на енергията към слънцето. Тази храна е именно вегетарианска. Има храни, чиито трептения отиват към центъра на земята, те са животински и някои растителни.

Вегетарианството трябва да бъде обосновано на един велик закон в света: никога не яж храна, която няма съответстващи трептения на твоето тяло! Това е право. Понеже трептенията на всяка храна са различни, природата е създала известни храни за човека, други са създадени за животните, трети храни са създадени за растенията. За всички същества природата е създала храни. Никога не употребявай храна, която не е създадена за тебе! Може да се съберат всички учени хора и да казват какви хранителни вещества трябва да съдържа храната. За човека има специфична храна, която е приготвена и всички трябва да намерят тази храна.

Някой казва: човек трябва да се въздържа от ядене. Има смисъл човек да се въздържа от ядене, но от храни, които раждат различни болести. Има храни, които са несъвместими с човешкия организъм. В някои научни трактати се препоръчват храни за един народ. Когато дойде въпрос за друг народ, за него се препоръчват друг род храни. Значи едни храни са добри за един народ, а несъвместими за друг. Всички народи се различават един от друг и по храната, която приемат.

Точно, строго определено е с каква храна човек трябва да се храни, каква храна да употребява. Това е точно, строго определено в живота на човека.

Природата е сложила богата трапеза пред всеки човек, пред всяко живо същество, но на никого не казва какво трябва да яде и как да яде. Всеки сам трябва да си избира съот-

ветна храна. Някои храни са общи за всички хора, но има храни, които са специални. Всеки човек трябва да знае коя храна е определена специално за него. Яде ли храна, която не е за него, той се натъква на страдания. Всяка храна, която не съответства за даден човек, предизвиква разстройство в неговия организъм.

Човек може да стане добър само при известни условия. Добрият човек е отхранен със специфична храна от невидимия свят. Добрите майки знаят този закон и затова раждат добри деца – те ги отхранват със специфична храна. Всички майки, които не спазват този закон, са родили лоши деца. И пчелите прилагат този закон. Те отглеждат работниците със специална храна, търтеите със специална храна, и за царицата имат специална храна.

Добре е преди ядене да се съсредоточим и да поставим в съответна нагласа мисълта и целия си организъм. Да благодарим за благата, които природата и работните хора са доставили за нас.

Когато седнеш да ядеш, не бързай, не отваряй очите си лакомо. Седни пред яденето, погледай го около десетина минути и през това време си помисли за всички ония хора, които в това време ядат, помисли си дали всички хора имат ядене, могат ли да седнат пред масата да ядат. И като се успокоиш, че всички хора имат какво да ядат, седни тогава спокоен и полека яж, без да бързаш. След като си благодарил на Бога, че на всички хора е дадено ядене, тогава ще ядеш сладко, с благодарност и ще бъдеш здрав.

Като започнеш да ядеш, трябва така да ядеш, че да си във връзка с всички хора, които ядат. Знаете ли колко хубаво се яде, когато всички хора са здрави? Яж със здрави хора, да станеш и ти здрав. Никога не яж с болни хора! Ако искате

да излекувате един болен човек, турете го да яде между десет души здрави хора, които никога не са боледували, и като прекара между тях три месеца най-много, той съвсем ще оздравее. Нека яде всякога с тях. В тяхното ядене ще почувства една музика като симфония на Бетховена.

Каквато и да е храна не яж, избирай хубава храна. Ако не е хубава храната, откажи се от нея. Гладът е за предпочитане пред лошата храна. Добрата храна внася всичката благодарност. Благодарни на Бога за добрата храна. Ние, като ядем лоша храна, ще вдигаме шум, ще роптаем, ще обвиняваме строя. Но ние, разумните хора, можем да подобрим нашия живот, понеже съществува един закон на обща хармония, от който се черпи здравето. Има нещо в природата, което носи живот в себе си.

Човек, като яде хляб, като мисли за източника, откъдето той произлиза, се свързва с онази категория слънчеви същества, които изпращат енергията си за създаване на хляба. Различни същества изпращат различни енергии от слънцето и на специфични места. Има същества на слънцето, които специално се интересуват от България. Те предвиждат за нея специален бюджет: колко жито, колко плодове да изпратят, колко деца точно трябва да се родят, колко хора ще се женят и колко ще умрат. Слънцето представлява една мощна съвкупност от светли разумни същества.

Когато човек се храни правилно, той ще мисли как е създадена храната, ще мисли за съществата, които са я приготвили и ще може да използва тяхната енергия.

Всяка храна съдържа в себе си известен разумен живот. Всяка храна, дали тя е боб или леща, или ябълки или круши, тя иде от една разумна област на природата. Или с други думи: Волята Божия иде от разумните области на природата, което

ти сам ще провериш. Ако ти си в хармония с тези храни, ако между тях и тебе има едно съответствие, приеми ги в себе си. Ако не си в хармония, никога не яж това, което е в тях. Вътре в човека е написана хигиената за храните, с които трябва да се храни. Всякога яж това, което най-много обичаш! Това е най-здравословно. При това никога не преяждай!

Тази енергия, от която житото черпи тези сладки сокове, от които ябълките, крушите и другите плодове черпят, съществува в света. И ако вие разбирате закона на съпоставянето, може, като отидете на Витоша, да не носите никаква храна със себе си. Необходимата за вас храна сама ще дойде. Стига само да разгънете кърпата си, храната, като мана ще падне на нея. Ако сте жадни, ще разтворите ръцете си, ще концентрирате ума си към Бога и ръцете ви ще се напълнят с вода.

Болестите се предизвикват от инертната материя в човека, но зад тази материя се крие едно разумно същество, добро или лошо. Някои болести разрушават човешкия организъм, а други го пречистват. Ще кажете, че не виждате разумното същество, което се крие зад инертната материя. Това е друг въпрос. Вие виждате, че някой човек е прободен с нож и пада на земята. Ножът е инертната материя, но зад нея се крие ръката на разумно същество, което направлява ножа. И зад микробите, които причиняват различни болести, се крият разумни същества, които действат върху човека така, че създават условия, при които бактериите се развиват.

За да познаете коя храна е чиста и здравословна, следете как се отразява върху мислите, чувствата и постъпките ви. Ако храната внася известно понижаване на умствения живот на човека, тя не е хигиенична. Например хората обичат свинското месо, ядат го с разположение, но то внася такива мисли и настроения, от които човек мъчно може да се освободи. Храната оказва влияние главно върху слабите хора с неорганизирани сили. На разумните хора храната не може

да оказва силно въздействие. Те сами знаят каква храна да употребяват.

Понеже праната е различно складирана в разните видове храни, вследствие на това едни от тях се отразяват благотворно, а други неблагоприятно върху човешкия организъм, а оттам идва разположението или неразположението на човека. Храните са светлина, складирана в различните органи по различен начин. За да е здрав, човек трябва да употребява такива храни, които да съответстват на неговия организъм. Всеки трябва да намери храната, която ще му действа най-добре.

Намери храна, от която да си доволен.

Аз турям като правило следното положение: щом хапна нещо и не ми е сладко, няма да ям. Така прави и ти.

Когато човек яде сладко, хубаво, това е едно благословение за него.

Яденето е свързано със симпатичната нервна система, с чувствата на човека.

Силата на яденето не е толкова в самото ядене, колкото в чувството, което се изпитва при него.

Съществена храна е тая, която никога не причинява отвращение. Щом се отвращаваш от една храна, тя не е съществена. Съществена храна е оная, от която организъмът чувства нужда. Тя е добра храна.

Човек, който е недоволен в яденето, той създава отрова в себе си.

Една храна, която се приема без разположение, е отрова за човека. В такъв случай за предпочитане е да гладуваш.

Най-първо, като ядеш, трябва да бъдеш доволен, макар да е сух хлебец. Да си концентрираш мисълта, да дишаш правилно.

Добре е, когато човек се храни, да слуша музика. Във време на ядене човек се нуждае от весела, но не игрива музика. Игривата и тъжна музика еднакво нарушават ритъма на яденето.

Като се храни, човек трябва да гледа в чинията си, а не да се върти наляво, надясно, да следи всичко, да не изпусне нещо. Храненето е свещен акт, от него зависи здравословното състояние на човека. Не се занимавай с нещо отрицателно, защото ще се свържеш с него.

Всяка хапка, която не се придружава от добър мисъл и добро чувство, носи за стомаха отрова.

Всички отрицателни мисли и чувства косвено влияят на храносмилането, разстройват черния дроб и стомаха отслабват неговите мускули, пречат за отделянето на достатъчно сокове, нужни за смилането на храната. В стомаха има 10 милиона работници, специалисти с особено предназначение, които подготвят каша за тънките черва, после соковете преминават в последния процес всмукване. Всичко се превръща в кръв, отива в белите дробове и оттам се препраща по цялото тяло.

Не яж, когато си гневен, неразположен. Храната е жива и тия частици, след като влязат в организма ти с благодарност, ще го обновят.

Казваш за някого, че е богат. Не се заблуждавай той е натоварен човек, не е богат. Да си натоварен с богатство и да ядеш сладко на трапезата, това са две различни състояния.

Богатият пъшка и не може да яде натоварен е. Бедният е лек, без товар. Той сяда пред трапезата и сладко яде.

Закон е: добрият живот прави кръвта чиста. В момента, в който човек внесе една нечиста мисъл в ума си и едно нечисто чувство в сърцето си, кръвта му се покваря, т.е. губи чистотата си. Следователно всяка хапка, която не се придружава с добра мисъл и с добро чувство, носи за стомаха отрова, смърт.

Детето кой го учи да диша? Майката в утробата му е дала първите наставления за дишането. Оттам насетне детето само диша. Ако това дете не се ползва от благата на въздуха, майката ще страда, това дете ще боледува. Ако майката не знае, с физическата храна, която дава на детето, може да го осакати. Много майки още в началото осакатяват своите деца. Много хора са осакатени. Някои хора са осакатени в първия месец на бременността, някои във втория, някои в третия, а някои се осакатяват, след като се родят до третата година.

Докато детето бозае от майка си, тя може да го осакати. Всяка тревога отравя млякото. Майката, която храни детето си с мляко, не трябва да има никакви отрицателни мисли. Всяка отрицателна мисъл носи такава страшна отрова, с която може майката да отрови детето си. Животът е предизвикал тази отрицателна мисъл. След това започва да възпитава детето си и казва: „Това няма да правиш, онова няма да правиш!“ Нашият живот седи в едни правила, които ние сами не можем да изпълним.

Щом сърцето мисли едно, умът мисли друго, не яжте. Ако умът и сърцето са раздвоени, не пийте.

С колко хапки се наядате? Нито един от вас не знае. Дали един от вас е броил хапките, които поглъща, за колко минути

дъвче, за колко минути се нахранва, какви мисли са минали през ума му докато яде всичко това не знаете. Ако вие през време на яденето мислите за разни изедници, престъпници, лъжци, мислите ли, че соковете от храната ще отидат на мястото? Ядеш хляба и не знаеш нищо за онзи Божествен елемент и Божествен живот, скрит вътре в хляба. Ти не знаеш и това, че трябва с благоговение да ядеш. Като вземеш хляба, да считаеш, че този хляб е свещен, в него е Божият живот.

В тази школа, дето хиляди, милиони години ги учеха как да ядат, хората, при сегашните условия, пак трябва да се учат да ядат. Процесът на яденето трябва да се разбира: ако ти не си разположен, не яж. Умният човек, ако не е разположен, да не яде. Лошият човек, щом се разгневи, нека яде, за него е позволено. Но добрият човек никога не трябва да яде, когато не е разположен. Разболееш ли се, не яж! Имаш ли някакво неразположение, не яж! Започни да ядеш само тогава, когато имаш най-добро разположение. То е правилото за добрите хора. Ти не можеш да бъдеш добър човек, ако седнеш на трапезата гневен. Искаш, като седнеш на трапезата, да утихнеш ти си от другата категория хора. Ако искаш да имаш свежа мисъл, трябва да имаш разположение. Като погледнеш на хляба, той да създаде един материал за тебе. Преди тебе хиляди и милиони същества, които са дошли на земята, от небето са дошли да ти помогнат, носят едно благо. Във всяко едно ядене има да опитаеш Божествените блага. Ако не ги опитаеш, какво е това ядене?

Ние имаме вече онзи велик закон на истинското ядене: истинското ядене седи в човешките мисли. Когато храната, която ядеш, събужда в тебе хубави мисли, тя е истинска храна. Ако тази храна не събужда хубави мисли в тебе, откажи се от нея. Правило, което прилагам към себе си: когато една храна не събужда в мене хубави мисли, оставям я настрана. В това правило няма изключение. Всяка храна, която ядеш,

ако събужда в тебе хубави мисли и чувства, тя е здравословна храна. Тази храна лекува човека. Тази храна показва, че от тебе може да стане човек, тя служи за развитието на човешките чувства и способности.

И тъй, първата задача на човека е да се научи да се храни съзнателно. Кажете ли, че не може да направи това, той е болен човек.

Зад яденето в света седи една велика мисъл. Човек, като седне да яде, трябва да има най-хубавото разположение. Най-малко човек трябва да мисли, че е цар на земята. Като погледнат на тебе, да кажат: „Ето един, който знае да яде”.

Време

Всичко е полезно само за един момент. Парите може да ти бъдат полезни само един момент, а не всякога в живота ти. Аз обяснявам един закон. Парите някой път може да ти избавят живота, а някой път може да ти изгубят живота. Храната може да ти бъде полезна само в един даден случай, когато си гладен, но ако ти не знаеш как да вземеш тази храна, тя може да стане една отрова за тебе. Ако твоят стомах не започне да работи навреме и ако тази храна би седяла няколко часа, ще започне едно разлагане, веднага ще се роди един противоположен процес.

Рекох, съществува едно знание в света, към което всички трябва да се стремят. Това знание се изразява в следното: да знаеш точно времето, когато ще вършиш известна работа, да знаеш в кое време да ставаш и в кое да лягаш, кога да ядеш и какво да ядеш, кога да се миеш и т.н. Казваш: „Аз се храня в 12 часа, тогава обядвам“. Според мене оня час е определен за ядене, когато храната се обработва и възприе-

ма правилно от организма. Както сега хората се хранят в 12 часа, това е относително време. Докато е бил в рая, човек се е хранил в точно определен час. След грехопадението той е изгубил тази норма.

Хлябът и житото служат само като проводници, през които животът минава, а самият живот се поддържа от импулса на човека към ядене т.е. от чувството му към хранене. Този импулс, това чувство привлича известни сили от природата, които именно поддържат живота.

Хората наричат привличането „любов“, „обич“, но всъщност това не е истинска Любов. Като яде, човек пак се поддава на същия закон на привличането. Иска или не иска, нещо го привлича и той започва да яде. Не е въпрос човек да се противопоставя на този закон, напротив, той трябва да го спазва и да яде точно във времето, когато законът действа. Яде ли преждевременно или закъснее, резултатите не са добри. Човек трябва да яде точно навреме, не в определен час, но когато силите в неговия организъм се проявяват, т.е. когато усеща вътрешен глад.

В природата има определено време за ядене за всички същества. Има едно течение на гладните, като дойде то, всички трябва да ядат. После има едно течение на ситите. В природата има време и за работа. Течения са те, има време за учене, за ходене, и за църква. Навсякъде има такива течения. Ако човек води естествен живот, ще върви по тези течения.

За да определи човек времето кога трябва да обядва и кога трябва да спи, нека той сам да намери хармоничните течения в природата. Трябва да има определено време и за физически, и за умствен, и за духовен труд. Също така необходимо е да се ориентирате в кои посоки да направите заплануваните си екскурзии и разходки.

Кога е 12 часа в природата? Когато дойдеш до най-високата точка на глада. Тоя момент внася импулс в човека да възприема храна. Тогава слънцето е точно на зенита. Тоя момент е най-добър за хранене, храносмилането е най-правилно.

Аз държа като правило следното положение: всеки ден работя и каквото спечеля, тогава ям. Аз не ям без да съм работил.

Всякога, когато човек яде, той трябва да заслужи храната. Има едно правило: който не работи, да не яде.

Щом се наядеш, вече нищо не те оправдава, ако не работиш. Докато си гладен, може да седиш на едно място, но щом се наядеш, трябва да идеш да изпълниш работата. Ние сме задължени да извършим в живота работата, която ни е дадена. Казва: „Искам да ям“. Щом се наядеш, трябва да свършиш нещо. Ако ти се наядеш и не вършиш нищо, ти си отговорен. Или дишаш пак същият закон е, слушаш пак същият закон е, гледаш пак същият закон е, мислиш пак същият закон е. Щом мислиш, трябва да свършиш някаква работа.

Като се събудите сутрин, всички трябва да имате добро разположение на духа. Ако разположението ви не е добро, непременно трябва да го смените. Това добро разположение на духа зависи от начина на храненето и храната, която е употребил, както и времето, когато се е хранил човек. Някой яде късно, при това хранил се е с някаква мъчносмилаема храна, и като си легне вечерта, цяла нощ не може да спи, обръща се на една, на друга страна. Тази храна е образувала известни горчивини, които се отразяват зле върху стомаха. Стомахът пък наляга на дихателните органи, това пречи на цялото кръвообращение. И в края на краищата, като станете сутрин, разположението ви е лошо. Човек трябва да се храни най-малко 23 часа преди лягане, за да се смели добре

храната, да не се образуват никакви горчивини в стомаха. Същевременно човек не трябва да остава в ума си никакви лоши, отрицателни мисли, които биха произвели в него някакви реакции. Казано е в Писанието: нощта не трябва да ви завари непримирени.

Смисълът на живота е да живееш щастливо, здрав да бъдеш, богат да бъдеш, да бъдеш учен, да бъдеш силен, добре да ядеш, добре да спиш, добре да живееш с хората, да се не караш и да помагаш на всички. Казваш: „Че какво да правя?“ Ще ядеш, няма да преяждаш. Сутрин, преди изгрева на слънцето, няма да ядеш като животно. Като изгрява слънцето, с първия лъч вземи си закуската. Още като изгрява слънцето, да ознаменуващ своята закуска. Не знай колцина от вас закусват, като изгрява слънцето. Няма нито един от вас така предполагам. Обеда да си вземете точно когато слънцето минава меридиана. Вечерно време, преди да е залязло слънцето, да си вземеш вечерята. Туй вие не го правите, нито на обяд, нито на закуска, нито на вечеря. Някои вечерят в 10 или в 9 часа. Туй не е голямо зло. Аз мога да се примиря с това, понеже сутрин, ако вие ядете след изгрева, то в този момент слънцето изгрява за някои други вие ядете, пък други ще се ползват. Сутрин, като ядеш навреме, ти се ползваш от яденето; като ядеш не навреме, ти ядеш, пък други се ползват. Тъй щото вие правите услуга. Гледайте поне като ядете, някой да се ползва от вашето ядене пак е полезно. Нищо не се губи в природата.

Вечер човек трябва да се храни преди залез слънце. Не е ли ял до това време, по-добре да не яде. Нека пие една чаша гореща вода или чай и да си легне с празен стомах. Така се спи леко и приятно.

Никога не трябва да ядеш след залязването на слънцето! Ядеш ли веднъж след като е залязло, ти за 10 години ще сък-

ратиш живота си. След като изгрее слънцето, яж, и след като залезе, не яж и да има Любов в душата ти.

По-добре е сутрин да закусите солидно, а на обяд и вечер да ядете по-малко, дори ако не вечеряте, още по-добре.

Много хора се хранят както не трябва. Сегашните хора се хранят както месоядните, хранят се много късно като хищните птици. В 10 часа трябва да бъдеш в леглото. От 9 до 10 часа да си легнеш, ако искаш да бъдеш здрав. А той ще се върне в 2 часа, в 1 часа, ще спи, когато няма никакви условия за спане. Защото в спането организмът се храни. Понякоя път човешкото съзнание, което присъства в тялото, причинява един голям тормоз. Обикновеното човешко съзнание е такова един господар. Не е от много разумните господари. Туй съзнание товари като някой господар, който е лаком. Товари коня, вола си повече, отколкото трябва. Вследствие на това ние товарим тялото повече, отколкото трябва.

Човек трябва да яде за трите свята: сутрин ще яде за земния, за физическия свят, на обяд ще яде за духовния, за реалния свят, а вечер ще яде за идеалния, за Божествения свят. Затова старите хора именно ядат идеално. Той не може да яде много, защото се готви за идеалния свят.

„Имаха вечеря.“ Вечерята показва ликвидиране на старите сметки. Дошъл, когато не го очаквали. Вечерята е ликвидиране.

Сега вие ядете по 3 пъти на ден: сутрин, на обяд и вечер, но не знаете кога за какво ядете. Сутрин ще ядете за ума си, на обяд за сърцето си, а вечер за тялото си. Човек трябва да разграничи тия неща в себе си и да поставя храната на своето място. Не я ли туря на мястото, тя не може да се използва. Онези, които разбират Божия закон, всякога поставят храната

си на определеното за нея място и време: сутрин се хранят за ума, на обяд за сърцето, а вечер за волята. При това, като се хранят, те трябва да четат „Отче наш“. Не е безразлично как четат тази молитва. Като се храниш сутрин за ума си, ще кажеш: „Отче наш“ и ще изпратиш храната към ума си. На обяд ще кажеш: „Отче наш, Който си на небето“ и ще изпратиш храната горе, в сърцето си. Вечер, като се храниш, ще кажеш: „Отче наш, Който си на небето, да се свети името Ти“ изпрати храната си в своята воля.

Някои храни са свързани с мозъка, някои с дробовете, някои със стомаха. От каквато нужда има организъмът, такава храна все търси, тя ще привлече най-много вниманието. При животните е същото. Но те понеже не се нуждаят от подхранване на умствената дейност, търсят храна само такава, която ще даде сила на тялото. Затова храната при човека трябва да е разнообразна, според нуждите. Не да се яде безразборно. Сега ядете, без да знаете храната, която приемате, дали ще подкрепи ума, или сърцето, или волята. И след като се наядете, пак ви липсва нещо.

В понеделник човек ще яде такива храни, които ще развият неговото въображение. Във вторник ще яде храни, които ще му дадат енергия. В сряда ще яде храни, които ще развият неговата интелигентност. В четвъртък ще яде храни, които ще усилят вярата му, ще поддържат неговото достойнство и достолепие. В петък, ако не пости, ще яде от венерините плодове череша, ябълки, домати, ягоди, кръгли плодове розови и червени. В събота плодове за ум ще яде грозде, орехи, бадеми и прочее. В неделя ще яде цитрусови, предимно оранжеви плодове, сочни и сладки. Относно храната за отделните дни може много да се каже, но засега и това ви стига.

Дъвчене

Храна, която не е стискана от зъбите, не е здравословна. Зъбите са магнетични центрове, затуй добре сдъвканата храна, Божествената сила минава направо. Дъвкането е мислене. Да мисли човек е същият процес, да чувстваш е същият процес, да вървиш е същият процес. Във всяко нещо трябва да вложиш усилие. В себе си трябва да искаш да разбереш порядъка, в който живееш, който съществува в света.

Най-първо ще се молите на Бога да имате здрави зъби. И като седнеш да ядеш, ще дъвчеш юнашки, всичко да стане на каша. То е първият процес. Не само това, но с тази храна трябва да си толкова учтив: имаш един вход, ще приемеш гостите през главния вход и после ще ги заведеш в гостната стая. Като ги приемеш в гостната стая, има още един процес храната не само трябва да я сдъвчеш, но има още един процес: да я ослюнчиш, не да я оплюеш. Има шест жлези: четири са под езика отстрани и две са под езика долу. Тези гости са дошли там, трябва да им измиеш ръцете, краката, да ги приготвиш, те ще влязат в главния салон, наречен стомах. Там ще започне процесът по гощаването, което наричат в природата храносмилане.

Зъбите винаги трябва да вършат нещо. Понеже не може непрекъснато да се яде, хубаво е да дъвчете дъвка на двете страни, за да имате здрави зъби, а също и здрави чувства. Вие мислите, че не трябва да дъвчете дъвка! По-добре дъвка, отколкото друго да дъвчете. В дъвката има нещо приятно, при това зъбите заякват, отварят се задните 12 канала, чрез които функционират сили, които идват отвън чрез вашия гръбнак и се пренасят в мозъка. По този начин имате един добър живот.

Ще дъвчеш не само на едната страна на зъбите, а с всич-

ките зъби. Ще се храниш и няма да критикуваш близките си или когото и да е.

Някои от вас дъвчат само на едната страна това е голяма грешка. Храната трябва да се прекарва от едната и от другата страна. Някои дъвчат повече от лявата страна, други от дясната страна. Това е неправилно. Добре сдъвканата храна предава на мозъка хармония от слънчевия възел. От това се получават хубави чувства, които изпращат енергия към мозъка. Те създават възвишени мисли.

После ще видиш как дъвче. Ако той преживя като едно преживно животно, той ще оре нивите, дотам е достигнал. Ако яде като някой вълк, той ще ходи в горите. Ако яде като змия, той без крака ще ходи.

Има много индуски адепти, които прекарват на ден с по 100 грама ориз и са здрави. Дъвчат дълго време, здрави зъби имат. Ние имаме 400 грама хляб и пак не можем да извадим тази енергия. Та казвам: ако ние от въздуха не можем да извадим тази енергия, която е необходима за нашата мисъл, ако ние от хляба не можем да извадим тази енергия, която е необходима за чувствата и ако не можем да извадим материал и за тялото, тогава в какво седи знанието ни?

Един ден ще ви поставят пред комисия да ви изпита как дъвчете. От вашето дъвчене ще се познае до каква степен на развитие сте дошли.

Дъвчете хляба дълго време и енергично, за да приемете всичката енергия, която той съдържа. Малко хляб, но добре сдъвкан и с Любов, това е достатъчно за деня. Сегашните хора ядат много и въпреки това нямат сила. Когато гредите на къщата ви почнат да се изкривяват, това показва, че тя се нуждае от нови греди. Видите ли прегърбен човек, казвате, че

е остарял. Не е остарял той, но е грешил в храненето. Боли те глава грешил си в яденето.

Който яде без да дъвче, съкращава живота си.

Като ядеш здрав плод, ще дъвчеш хубаво, докато използваш всичкото му съдържание. Гнил плод няма да ядеш. Семките на здравия плод може да посадиш.

В хляба, в храната е вложена прана, една енергия. Понякоя път ние ядем толкоз бързо и с такова невежество, че не можем да извадим от тази храна, която ни е дадена, всички тия сокове, които са вътре в нея.

Яжте колкото се може по-бавно! Храната изобщо трябва да се дъвче по-дълго време. Ако сдъвчеш хляба добре, ще го разбереш по един начин, а ако ли не, ще го разбереш по съвсем друг начин. Когато люспите на гроздето се дъвчат дълго време, тогава те действат лечебно. Същото важи и за кожата на зарзалите.

Да ядеш музикално, това значи да не бързаш.

Всички хора трябва да знаят, че те сами създават нещастията си. Как именно? Като се хранят неправилно. Не дъвчите добре храната си. Вие туряте храната в устата си и бързо я гълтате. Така несдъвкана, тя мъчно се смила и причинява тежест на стомаха. Щом стомахът се разстрои, това се отразява на главата, а оттам и върху останалите органи. При това положение вие се чувствате неразположени, недоволни. Това се отнася не само до физическото хранене, но и до възприемане на мислите и чувствата.

Виното и ракията не хранят човека. Житният хляб и сиренето дават сила на човека и той може да копае лозето си. Бър-

зото ядене е нездравословно. Като се храни, човек не трябва да бърза, а бавно да яде, за да не разстрои стомаха си.

Ако храната, която влиза в устата, не се дъвчи добре, тя и в стомаха не може да се смели правилно.

Когато храносмилането не става правилно, образуват се газове.

Като погледнете съвременния човек, ще видите, че той има изобилно венозна кръв, порите му са запушени, вследствие на което се раждат ред болести, страдания и нещастия. Всичко това се дължи на голямото неразбиране между хората, на голямото лакомство. Като ядат, всички бързат, вследствие на което храната им не може правилно да се смила. Въпреки това, слушал съм да казват: „Като ядеш, ушите ти трябва да пукат“. Не зная какъв смисъл има в пукането на ушите. Напротив, когато яде, човек трябва да бъде разположен, да седне пред трапезата тих и спокоен и да яде бавно, да дъвче храната си добре.

Някой казва: „Яж така, че ушите ти да пукат“. Кога пукат ушите? Когато се яде бързо. Тогава челюстите се движат бързо и ушите прасят. Питайте, какво ще каже стомахът? Като ядеш бързо, той започва да протестира. Защо? Не може да се справи с бързо нахвърляната храна. Червата също протестират. При бързото ядене храносмилането не става правилно. Една част от храната не прониква в кръвта и не може да храни клетките. Несмляната храна се наслажда във вид на утайка около ставите, както и в капилярните съдове. Тази е причината за заболяване на човека от ставен ревматизъм. Казват: „Отде дойде този ревматизъм?“ Много просто, от бързото хранене и от несдъвканата храна. „Какво трябва да правя?“ Бавно ще ядеш и много ще дъвчеш храната. Това е предвидено в Божия план. Щом изпълняваш тоя план, рабо-

тите ще се нареждат добре. Ако не го изпълняваш, всичко ще тръгне назад. В това няма никакво изключение.

Понякоя път болестите се дължат на свиване на капилярните съдове и на недобре смляна храна. Като ядеш, не мислиш, без Любов като ядеш, остават малки частички, твърди като камък, които се наслояват някой път в кръвта, в тъканите. А пък кръвта като се движи, те трябва да минават през капилярните съдове и тъканите, където се образува триене всички тези частици трябва да излязат навън и тогава се получават болезнени състояния, затова капилярните съдове трябва да са разширени, да може кръвта спокойно да минава. Затова да ядеш така, че храната да остане смляна като каша. Днес като ядеш бързо, утре като ядеш бързо, след две-три години започнат да те болят стомах, бъбреци, очи и прочие.

Когато храносмилането не става правилно, остават утайки в организма, тогава се образува серумът, в който се размножават бацилите. То е първата фаза, а изверженията, които оставят микробите, те правят възпалението втората фаза.

Човек сам носи топлина отвътре. Той приема храна и от нея поддържа една нормална топлина. Тази топлина той ще получи от своя жизнен темперамент. Казваш: „Какво ме интересува дали аз познавам този темперамент?“ Той съществува в тебе, ако не го изучаваш, поне не му пречатствай. Ти седнеш да ядеш, бързаш, понеже имаш работа, баща ти казва: „За 5 минути гледай да се нахраниш, че работа има“. Трябва да се оре, да се търгува. Знаеш ли какво значи да се наядеш за 5 минути? Аз съм слушал някои да казват: „Да ти праят ушите като ядеш“. Не трябва да ти праят ушите! Ти ще седнеш спокойно, най-малко 25 минути ти трябва за правилно хранене. Ако искаш да бъдеш здрав човек, трябва да имаш здрав стомах. Ако за 15 минути свършваш яденето си, ти ще бъдеш нито добре, нито зле. Ако за 20 минути се храниш, ти си в преходно състояние, но 25 минути е добра

норма. Извади часовника си и гледай 25 минути. Ето какво трябва да разбираме под 25 минути: като седнеш да не ти се стяга сърцето. Първото правило при яденето е да бъдеш разположен. Няма да се интересуваш какво е сготвила жена ти, ако отидеш в гостилницата, няма да питаш какво е сготвено ти ще седнеш спокойно и дали е добре или зле сготвено, няма да мислиш. Ще си избереш ядене, без да имаш никаква лоша мисъл. Аз говоря за нормалното ядене.

Трябва да се яде бавно и съсредоточено.

Правилното хранене е музикален процес. Дъвченето да е спокойно, енергично, да се смели храната на кашица и тогава да се изпраща в стомаха, целият процес да трае около 50 минути.

Когато яде, човек трябва да бъде разположен, да седне пред трапезата спокойно и да яде бавно, да дъвче храната си добре. Това може да продължи 40 минути, а може и цял час.

Не яжте бързо! Който бързо яде, скоро умира. Закуската трябва да трае половин час, обедът около час и вечерята половин час. Часовете за хранене ще са свещени часове. Ако ви наблюдавам с каква бързина ядете, ще ви кажа след колко време ще се измени положението ви.

Вие правилни ли сте изчисления, в едно ядене колко пъти трябва да сдъвквате храната? Колко дъвкания трябва за една хапка? Ако ви попитат, колко пъти сте дъвкали? Ако ви дадат едно яйце да го изядете, на колко пъти ще го сдъвквате? Казвате: „Празна работа, няма какво да броя”. Не е празна работа.

Който бързо яде, той бързо печели, но и бързо ще изгуби всичко. Като седнеш да ядеш, ти ще имаш Божествено раз-

положение, като че всичките ти работи са уредени, и нищо няма да те притеснява, да те стяга. Че си имал полици, това-онова, че жена ти и децата ти не били наредени, всичко това ще оставиш настрана.

Всякога, когато станеш сутрин, поблагодари на Бога, че ти е дал сърце. Искай туй сърце да си свърши работата. Понякоя път виждате ритъмът на сърцето не е равномерен. Неравномерното биене на сърцето от какво произтича? На стари години се развалят зъбите на хората, понеже много хора бързат, считат, че яденето не е важно. Яденето ще бъде като религията, ще ядеш и благодариш. Яденето е Божествена обмяна. Ти вземеш най-нисшите елементи, тия елементи ще се преработят и те ще влязат в строежа на твоето тяло. Ако тази храна не е приета както трябва, какво тяло ще се създаде по този начин?

Като дъвчеш храната добре, ще и спиш добре. Щом я дъвчеш както трябва, ще изпитваш разположение, което ще ти даде импулс за работа и учение. Ако не дъвчеш добре, ще страдаш от стомах, а това ще те застави насила да мислиш добре.

Да пееш хубаво, това значи да дъвчеш храната си добре, за да се всмуче още от езика и устата. Колкото по-дълго време се задържа храната в устата, толкова по-лесно се всмукват част от хранителните вещества и от праната. Казваш, че нямаш време да дъвчеш много храната и да я задържаш в устата. Ако се разболееш, как ще имаш време да лежиш? Като болен ще ти дадат отпуск две-три седмици и ще изгубиш много време. За предпочитане е по-бавно да ядеш, но да бъдеш здрав, отколкото да ядеш бързо, да не губиш време и да боледуваш.

Каквото стомахът смели и добие, то е придатък. Като ядем

правилно, придобиваме храна. Като ядем правилно, придобиваме храна чрез езика си. Човек, който не придобива сила чрез езика си, не яде правилно, той яде лошо.

Има храни, за които са нужни 46 часа за смилане, затова те трябва да се дъвчат дълго време, защото по-голямата част от енергията се приема чрез езика. Тази фина енергия, която се взема за съграждане на тялото, се взима чрез езика. Останалата част отпосле влиза в стомаха. Дълго да се дъвче, за да може хранителната част да мине през езика, а и да не образува храната киселини и неразположение. Същото се отнася и до водата. Водата трябва да се задържа в устата, за да може онази енергия, наречена прана, да се възприеме от езика и тогава да влезе в организма. Така е и с въздуха въздухът трябва да се дъвче и да го приемате с разположение. Раздразнителните хора не дишат добре. Нетърпеливите и гневливите дишат хем бързо, хем плитко и едва пълнят с въздух само горната част на гръдния кош, а долната остава празна.

Храната трябва да се задържа по-дълго време в устата, за да може част от енергията ѝ да се всмукне от езика. Чрез езика енергията се предава на мозъка, а оттам на сърцето. Езикът възприема духовната енергия от храната, която по друг начин не може да се възприеме, затова при храненето човек не бива да се безпокои, да се тревожи.

Колкото по-дълго време се дъвче храната и по-енергично, толкова по-добре, понеже още докато се дъвче храната, част от енергията се всмуква чрез езика и я изпращате почти готова в стомаха, после по всички клетки. След като се наядеш, онова, което езикът е изтеглил, то ободрява, после може да се продължи работата.

Като дъвчеш храната, да мислиш. Като мислиш, усилва

се всмукването на праната. Има и друг закон: езикът като свикне да всмуква праната от храната, същевременно той всмуква прана и от въздуха.

Колкото по-дълго се задържа храната в устата, толкова по-лесно се всмукват част от хранителните вещества и от храната. Така те отиват направо в нервната система. Ония сокове, които не се всмукват в устата, отиват направо в стомаха, дето става пълно смилане.

Храносмилането става първо в устата, езикът там играе важна роля, после в стомаха и тънките черва. Когато дъвкането не е правилно, когато храносмилането не е правилно и когато отправлението на онези излишъци, които са останали в тънките черва, не става правилно, човек заболява, но всичко зависи от мисълта. Мислите и желанията упражняват голямо влияние върху храносмилането. Щом не ти е приятна една храна не яж. Всяко неразположение при яденето е вредно, защото не можеш да извадиш необходимата енергия, която ти е потребна. Езикът трябва да усеща приятност, да ти е вкусно, да ядеш с благодарност и разположение това е здравословното положение.

Че наистина човек приема прана чрез нервите по езика, небцето и венците, се познава по следното: храносмилането трае 34 часа, обаче един гладен, изтощен и слаб човек, след като се нахрани, веднага се чувства бодър, защото праната е навлязла в тялото му чрез нервите. Затова именно храната трябва да се дъвче продължително, докато нейната прана се възприеме. Езикът изсмуква тази есенция, най-хубавата храна духовната храна, а храната, която се приема чрез стомаха и червата, е материалната храна.

Вие ядете бързо и чрез храната внасяте голямо количество въздух в стомаха си. А пък в стомаха си трябва да турите минимално количество въздух. Щом влезе много въздух, той се разширява вътре и тия колики се дължат на въздуха.

Тогава стомахът се разширява и вие почвате да се превивате. И трябва да приемете или 34 чаши топла вода, или да направите масаж.

Понякоя път вие ядете много бързо и вкарвате много въздух в стомаха. Въздухът има свойство да се разширява и като се сгорещи и разшири, стомахът не може да работи, усещате, че ви боли, или че ви боли главата.

Яжте със затворени уста, да не влиза въздух като поемате храната. Мястото на въздуха е в дробовите, а не в стомаха.

В стомаха, колкото се може по-малко въздух да влиза, в ума колкото се може по-малко тъмнина.

Когато в стомаха на човека влиза въздух или някакви въздухообразни вещества, тогава става едно разширение, което наляга върху диафрагмата, тя пък наляга върху дробовите, които натискат върху сърцето. Тогава сърцето не може да бие правилно, явява се сърцебиене. След това трябва да се възстанови неговата деятелност, да се създаде нормалният ход на нещата. Газовете в стомаха са отровни, вредни са и по този начин го разяждат, разстройват го. Следователно в стомаха трябва да има колкото може по-малко газове. Въздухът в дробовите е намясто, но в стомаха е вреден.

Какво правят хората? Като се хранят, те отварят много устата си и заедно с храната внасят известно количество въздух и в стомаха си. Заедно с хляба вкарвате и въздух. Но като влезе в стомаха, въздухът натиска на стените му, разширява се, обтяга стомаха и по този начин пречи на неговата правилна деятелност. И затова като гълта, човек трябва да изпъди всичкия въздух навън и да остави в стомаха само приетата храна. Не че абсолютно може да се освободите от въздуха, който е в храната, но като поставите в ума си идеята за правилно хранене, да можете по възможност по-малко въздух да вкарвате в стомаха си. А вие бързате като ядете и не мислите за въздуха, който отправяте в стомаха си.

Ще кажете, че това е идейно ядене. Не, тези работи не са идейни, те имат своето практическо приложение. Ще кажете, може би, че този въпрос за яденето не е идеен. Вие не знаете как да ядете, а ще говорите за вашето верую. Говорите за вашето верую, но вашето верую не помага. Ако ти не знаеш как да гледаш, как да дишаш, ако не знаеш как да пиеш вода и ако не знаеш как да се храниш, ти не можеш да бъдеш щастлив. От тези четири неща зависи вашето щастие.

Благодарност

Благодарността е разновидност на молитвата.

Щом седнете да се храните, първата ви работа е да кажете: „Господи, благодарим Ти за хляба, който си ни дал, благодарим Ти за живота, който внасяш чрез него у нас“.

След като си благодарил на Бога, че на всички хора е дадено ядене, тогава ще ядеш сладко, с благодарност и ще бъдеш здрав.

Когато седнете на масата да ядете, първо ще благодарите на Бога за благата, ще вземете от хляба малко, ще се поусмихнете малко, ще го погледнете малко, ще благодарите за него и малко по малко, без да бързате, ще си хапнете спокойно, ще дъвчете много. Това не се отнася само до яденето, но и четенето и всяка една работа така ще извършвате.

Като седнете да ядете, оставете всички грижи навън. Не мислете за нищо, мислете за яденето само; благодарете на Бога, не бързайте.

Трябва да ядем всичко с благодарност, това е едно благословение. Ако ти ядеш с неблагодарност, това често се явява и като отрова за теб.

Човек, който е недоволен в яденето, той създава отрова в себе си.

Някой яде и е червен, а друг яде и е жълт, някой яде и е умен, а друг яде и е глупав. Който яде както трябва, той, като благодари на Бога, става здрав и умен, а онзи, който не яде както трябва, става слаб и глупав.

Да ви дам едно правило: първо измий си ръцете и след като вземеш хляба, винаги благодари на Бога. Ако искаш да бъдеш здрав, винаги благодари на Бога! Погледни яденето, и пак благодари. Всяка хапка да приемаш с благодарение. Тази храна ще даде ония хранителни сокове, ще влязат в тялото ти и ще дойде мисълта и чувствата. Ти седиш и мислиш, че яденето нищо не струва. Благодари! Ти веднъж в годината благодариш и цели 360 дни си недоволен, че туй не е станало, онуй не е станало.

Хората на Любовта ядат и благодарят, пият и благодарят. Всичко в тях става, и те благодарят. Сега има един ропот вътре: това ми липсва, онова ми липсва.

За всеки плод, който човек изяжда, трябва да благодари. Той е една кондензирана енергия, изпратена от слънцето.

Ако болният се храни с благодарност и съзнава, че Бог се грижи за него, в продължение на един месец положението му ще се подобри.

Едно ви трябва на вас правилни отношения с Бога. Трябва да разбирате пътищата на Бога и да сте умни. Вие не можете да разбирате живота, без да оценявате Божията Любов. Да оценявате очите, ушите, ръцете, краката си, да оценявате храната, която ви дава, въздуха, светлината, всичко, което Бог ви дава. Да се отворят очите ви и да видите колко е велик светът, в който живеете. Да се учите, да знаете как да управлявате

вашиите слуги. Защото вие сте господари, които не знаят как да се отнасят със своите слуги. Имате приблизително 300 милиарда жители в тялото си, на физическото поле, много разумни, не им знаете имената. Имате 10 милиона слуги, които работят във вашия стомах. Много голямо предприятие, 10 милиона работници, ако на всеки плащате по един лев на ден, имате 10 милиона лева бюджет на ден само да яденето. За сто дни колко правят? Какъв грамаден бюджет само за яденето! Мисли за тези 10 милиона работници, на които трябва да се плати. На тях ще изпращаш своята Любов. Ще им се издължиш, като одобриш работата, която са свършили. Или като се храниш, ще трябва да благодариш на Бога, че ти е дал условия. Казваш: „Това ядене не е хубаво, а трябва да се плаща на 10 милиона слуги“. Какъв господар е тоя, който нищо не плаща на слугите си? Аз, ако заведа дело против вас, какво ще правите? Тия работници ще кажат: „Толкоз години господарят не ни е плащал!“ Колко години би ви трябвало, за да платите на слугите, които са работили във вашия стомах?

За какво, мислите, работят? За вас ли? Не. Те работят от Любов към Бога, за Божията Любов. Те казват: „Понеже си чадо Божие, понеже Бог те е изпратил на земята, ние ще работим заради Бога, от Любов към Него“.

Като вземеш хляба, благодари за хляба. Благодари за сливата, за крушата, за всичко благодари. Започни да благодариш, и работите ще се оправят и в умствено отношение, и в духовно отношение, във всяко отношение ще се оправят. Туй вие още не сте проверили. Отчасти сте проверили това.

Като се наяде, човек ще благодари на Бога, че му е дал една хубава храна. За всеки добър обяд той трябва да благодари на Бога. Той трябва да благодари на Бога, че между многото Си работи Той се е погрижил и за него.

Когато се храните, вие трябва да отправите ума си към Бога, да благодарите, да почувствате Божията Любов, да се свържете с всички разумни същества, които са взели участие при създаването на хранителните материали.

Благодарността, която изпращаме към Бога за храната, за въздуха, за водата, това е Любовта, това е жертвата, която даваме. Това даване се възприема през въздуха от друг човек като капитал, който той обработва и го праща към другите. По този начин много души ще почувстват благодарност към Бога. Така се образуват скачени съдове. Когато се храни, човек трябва да мисли за Бога, тогава се чувства добре и самата храна действа добре.

Тези три процеса яденето, дишането и мисълта са свързани тясно. Ако ядете добре, ако дишате добре и ако мислите добре, и умът ви ще се развива добре, както трябва. Ако вие можете да се спрете пред едно парче хляб с благоговение, да го разгледате, да помислите малко, да се съсредоточите в себе си, да се изпълните с благодарност към това, което природата е създала и да кажете: „Господи, благодаря Ти за този свят, който си създал и който в момента ще приема в себе си“, и в резултат на това усетите едно голямо удоволствие, значи, че сте приели тази храна както трябва. И ако след това не се спрете със същото благоговение пред въздуха, който приемате и не благодарите, вие не можете да се ползвате както трябва от него. Обаче, ако го приемете с благоговение и с благодарност, и дишането ще стане във вас правилно.

В света съществува следният закон: всяка круша, изядена от тебе, те ангажира да я посееш.

Ти изяждаш плода, как ще се оправдаеш? Съвременните хора не изпълняваме дълга си. Ядеш плода; писано е в Божествения закон: „Който изяде една череша, да посади костилката“.

Аз искам да възпроизведа една ябълка и за тази цел посаждам няколко семена от нея. Вие казвате: „Защо посадихте тези семенца да изгният в земята?“ Аз ви отговарям: ако едно семе от посетите в земята изникне, то компенсира жертвата на ябълката.

Ако изядете един плод и семките му не изядете, вие сте направили едно добро. Но ако изядете плода заедно със семките му, вие сте направили едно престъпление. Природата ще те държи отговорен само ако изядеш плода заедно със семките. В противен случай няма да те държи отговорен. И в Библията Мойсей казва на евреите, че могат да ядат месо, но без кръвта му. Той казва: „Месото на животните можете да ядете, но кръвта им няма да ядете, защото животът им е в кръвта“. Значи законът е същият. И в плода кръвта му е семката. Следователно ще ядете месото на плода, а кръвта му, т.е. семката му, няма да унищожавате.

Един човек, който 10 години е ходил в една гостилница да се храни и не е научил едно ядене как да сготви, тогава той не разбира какво нещо е яденето. Или да превода: ако вие 10 години сте се хранили с плодове и не сте посажили нито едно дърво, тогава вие не сте от добрите последователи на вегетарианството, на плодоядството. Като посеее едно дърво, вие вече сте сготвили. Ще се научите как да готвите ябълки, круши, сливи.

Имате една задача: дадат ви един орех и една череша, какво бихте направили? Ако изядеш ореха, отиде вече черупката не можеш да посееш. Ако ти дадат черешата, за предпочитане е като я изядеш, да посееш костилката. Ако имаш едно знание като ореха, тогава или ще го изядеш, или ще го посееш. Ако го посееш, след няколко години ще ти дава повече орехи, от които половината ще посееш, половината ще изядеш. С ореха не можеш да си позволиш това, което с черешата правиш.

Ние искаме да бъдем доволни в света, а нямаме един ми-

роглед. Ти, ако не знаеш как да ядеш, никога няма да бъдеш доволен. Ако не знаеш как да мислиш, никога няма да бъдеш доволен. Ако не знаеш как да чувстваш, да възприемаш, никога няма да бъдеш доволен. Ако не знаеш как да постъпваш, няма да бъдеш доволен.

Божественият закон е: след като изядете един орех, трябва да го посеете във вашия мозък, защото и там расте орехът. Вие не можете да се избавите от него. Ако изядете една кокошка, тя вече живее във вашия мозък и ходи, и рови.

Първият опит на сърцето е: ако аз опитвам една ябълка, непременно ще я изям, ще ѝ дам едно угощение. Ще ѝ кажа, че тя в мен не може да живее по същия начин, както е живяла отвън и съвсем трябва да си измени формата, за да ѝ бъде благоприятно вътре. И тя ще се съгласи. Това е реалното. И аз ще си съставя понятие за ябълката.

А ако искам да изуча идеалното, аз ще взема семката и ще я посадя. И в този случай ще имам съвсем друга опитност. Тогаз от идеалното как се ражда реалното? Това идеално ще расте, ще стане дърво, ще цъфне, ще завърже и ще даде плод и от идеалното ще дойде реалното, което ние ще опитаме. Тъй че може да започнете с идеалното и после да се запознаете с реалното. Или можете да започнете с реалното и да дойдете до идеалното. Ако почнем от идеалното, ще имаме една реална опитност и след това семката, която остава, пак ще посеем.

Смесване

Ще избягвате люто, кисело, солено, студена вода, дишането през устата, спането на сянка, спането денем, пиенето на течности по време на ядене, ще избягвате смесването на мазнините. Ще ядете или само зехтин, или само масло; храните също няма да смесвате.

Трябва едно правилно съчетание на храните. Например мляко и млечни продукти не бива да се съчетават с плодове. Една сестра, веднага след като пила мляко, яла кайсии и няколко дни чувствала такива силни болки, че си помислила дали няма да умре.

Кисело мляко с ягоди не яжте! Не смесвайте млечна храна с плод. Не смесвайте мазнините. Плод и чесън не смесвайте.

Не може да се приема прясно мляко с чесън.

Праскова след зарзала или кайсия не върви.

Смесване на храни никога да не правите. Например: салатата с яйца, чай и риба, риба и яйца, сирене и риба и пр. А най-добре е само една храна.

Сладките храни не искат смесване с други, те са лесно-милаеми.

След като едно дете е яло плодове, не му давайте друга храна.

Направете с децата следния опит: поставете пред тях много плодове и вижте какво ще си вземат. По техния избор може да се познае характера им: това дете, което вземе само един плод, то е умно, а онова, което вземе повече плодове, то не е толкова умно.

Не яжте различни плодове по едно и също време. Най-малко по един час трябва да мине, след като сте яли един плод, после друг може спокойно да ядете, но не едновременно.

В храненето си хората са много неразумни; те ядат супа, после месо, ястия най-различни, после десерт, така стомахът

се поврежда. Няма по-глупаво ядене от супите и от смесването на различни храни.

Ще ядете само по едно ядене, няма да смесвате различни неща да ядете.

По-лоша храна от чорбата няма. По-лоша храна от дълго стоялата храна в тенекиени кутии няма, и от тази, в която са смесени плодови и млечни, зеленчукови и млечни продукти.

Хубаво е да не смесвате различните продукти едно ядене! Вие сега какво ли не туряте в стомаха си – че ориз, че боб, че олио, масло, каквото ви падне. Това е престъпление. Млечни с растителни храни няма да ядете. Сега ако ядете нещо с чесън, чак след 3 часа ще ядете плод или нещо сладко. Не смесвайте храните.

Който иска да бъде здрав, не трябва да смесва храните. Ще ядеш една храна и като се смели, тогава ще приемеш втора.

Ако искате стомахът ви да бъде в изправност, употребявайте само едно ядене на ден и никога не преяждайте.

Апетит и глад

Апетитът е лъжливо нещо. Казвате: „Апетит има“. Вълкът, като изяде една овца, овцата, като изяде тревата, все апетит имат. Аз говоря за другото, за онова, разумното, когато се храниш с живия хляб.

Апетитът е лакомия; човек може да яде и десет пъти на ден и пак да е гладен – това не е нормално.

Прекаленият апетит е болезнено състояние. Здравият яде

умерено, с разположение, никога не преяжда и спира да яде в момента, когато му е най-сладко.

Жизненият темперамент е темперамент на симпатичната нервна система, в която главно място заема стомахът. Според този темперамент най-хубавото в живота е яденето и пиенето. Човек с такъв темперамент мисли само за обеда, за вечери, за баници, за щрудели и т.н. От него се е родил „витивния“, както някои наричат флегматичния темперамент. Във флегматичния темперамент преобладаващо влияние имат жлезите.

Флегматичния темперамент някои го наричат „витивен“ или „жизнен“ темперамент. Аз го наричам събирателен темперамент който съгъстява. Той е темпераментът на стомаха. Когато човек има нормално развит стомах, храненето става правилно: ни много гладуване, ни много преяждане. Следователно този темперамент е необходим, за да събира енергията. И онези, които са лишени от витивния темперамент, често изсъхват като цветята, те са без пръстчица наоколо и почват да стават сухички. Казват: „Не си струва човек да е дебел“, но и коремът, когато е съвсем малък, и то не си струва. При този темперамент не е важна големината, но строежът на стомаха, а то е от доброто ядене. Навреме ще ядеш, и няма да преяждаш, ако искаш да преустроиш стомаха си.

Онези, в които жизненият темперамент преобладава, те са хора тихи, обичат живота, не обичат да се карат, лесно се примиряват, политика има в тях. Отвън те се различават. Имат къси пръсти, дебели в основата, имат дебели клепачи, развит врат, къс и дебел. Лицето им е като месечинка, очите пълнички, живи. Като видят яденето, притреперят, весели хора са. Най-веселите хора в света са те! В старо време царете са имали по един такъв шегобиец, с такъв жизнен темперамент.

В царството на човешкия живот всеки трябва да изучава своя темперамент. Най-първо да се запознаете със своята същина, която носи условие за живот. Аз го наричам темперамент на стомаха, жизнен темперамент. Ако ти не разбираш свойствата на този темперамент, ти всякога ще имаш една разстроена стомашна система, ще бъдеш злояд, ще боледуваш, ще имаш запичане, разстройство на червата, няма да се потиш, няма да ти се пие вода, ще боледуваш, ще ти дават горчиви лекарства. Казвам: изучавай своя темперамент, не стеснявай стомаха си, говори разумно на стомаха. Стомахът се занимава с твърдите и течните тела. Ако не контролираш стомаха си, ти ще бъдеш човек сприхав, нервен. Ако ти имаш добре развита стомашна система, ще бъдеш разположен, независимо от условията. В този темперамент всички енергии се уравновесяват. Някой казва: „Аз съм много нервен“. Ти си попречил за правилното развитие на своя жизнен темперамент.

Жизненият темперамент, темпераментът на стомаха, има отношение към задната част на мозъка, а предната част на мозъка към нервния темперамент. Ако тези области не са добре развити, тогава в тялото ти ще настъпи един дисонанс.

При флегматичния темперамент са развити слепочните части, а това показва, че когато на такъв човек му замирише на ядене, у него се заражда приятното желание да си похапне.

Хората трябва да станат господари и на своя стомах, на своите желания. И тогава, ако потърсите стомаха в главата, той е от двете страни на главата, до слепите очи.

Обонянието е свързано с тия центрове в слепите очи. Тези хора, които обичат да ядат, изпъкнала е тази част.

Гладът се дължи на чувството на охотливост. Центърът

на това чувство се намира около слепоочната област на мозъка; колкото по-развит е този център, толкова по-голямо е желанието да се яде. Човек трябва да яде, но той трябва да знае как да яде.

Френолозите намират един център при слепите очи когато сте гладен, усещате едно напрежение при слепите очи. То е центърът за любов към яденето. Този център е близо до носа. Като минете покрай някоя гостилница, събуждат се тия нерви, стомахът се разклаща. Вие мислите за яденето и мозъкът даде разпореждане, че ти трябва да ядеш. В някои хора този център е слабо развит, затуй са сухи. У някои е развит, затова са пълнички. Ръцете са пълнички, благоутробие имат, шията е пълна, навсякъде са пълнички. Онези, на които този център е слабо развит, лицето е сухо.

Вие обръщате голямо внимание на красотата. В какво седи красотата? По какво се отличава красивият от грозния? По ценността. Грозният материал не е ценен, а красивият е ценен. Човек трябва да бъде разумен. Значи ония материали, с които борави, да бъдат ценни. Ако той борави с ценни материали, забогатява. Ако работи с обикновени материали, огрубява. Можете да се уверите чрез наблюдение: ако ред поколения са обръщали внимание на яденето и пиенето, за тях е било култ да си угаждат, ще видите, че то се е отразило в известна част на главата. Яденето оказва влияние върху формата на главата. Ако ред поколения са обръщали изключително внимание на яденето, слепоочната част на главата изпъква, понеже центърът на яденето се намира там. Същевременно този център ще окаже влияние и на стомаха, той е добре развит. Аз говоря за организирането на стомаха, не за ония наслоявания, които се натрупват после.

Докато чувствате глада като подтик, той гради, но ако се обърне във формален глад, той разрушава.

Ако човек често гладува, клетките на организма му започват да се разрушават, вследствие на особените процеси, които се извършват в него. Гладът отваря вратите и прозорците на организма, отдето клетките излизат навън и казват на господаря си, че не могат повече да му служат.

Съвременните хора имат особени понятия за живота, външно и вътрешно, те имат особени понятия за човешкия ум и за човешката мисъл, както и за човешкото сърце и човешките чувства. За въдеше те ще придобият по-голяма светлина и тогава възгледите им ще бъдат по-оформени. В човешкия организъм има много органи, които още не са турени в действие, вследствие на което човек не разбира много неща. Той е обхванат от вътрешен страх, да не би да е попаднал на крив път в живота си, дали правилно разсъждава или не и т.н. Певецът се страхува като пее, да не вземе някой тон неправилно. Музикантът се страхува да не свири нечисто, богатият се страхува да не загуби богатството си, здравият се страхува да не изгуби здравето си, майката се страхува да не загуби детето си. Гладният се страхува да не би като яде, пак да остане гладен. Този вътрешен страх, това вътрешно недоволство съществува в цялото човечество, защото хората не разбират предназначението на глада, нито разбират предназначението на човека в живота. Наистина не е лесно човек да гладува. Гладът създава много неприятности в живота. Гладният е неразположен, нетърпелив, лесно се дразни, във всичко бърза все му липсва нещо. Щом се нахрани, неразположението изчезва. Този човек е тих и спокоен, но това спокойствие не означава още добродетел. То е временно състояние само, както и гладът е временно състояние в човека.

Гладният усеща едно особено дразнене в слънчевия възел. Става активен, очите му се отварят широко, обонянието се изостря, стават ред химически реакции. Наситят ли се взаимно елементите, настава задоволяване. Това, което мъчи

хората, не е глад, а нещо друго, то е пресищането. Гладът продължава живота. Когато срещнете гладен човек, ще знаете, че Бог го е посетил. От сития Бог е далече. Който гладува, се подмладява. Ще ядете малко, за да не дебелеете. Гладът събужда в нас сили и подтици.

Гладният какво трябва да направи? Да се наяде. А какво трябва да направи ситият? Да огладнее. След като се наядеш, има друго зло в наяджането – гладният човек лоши работи мисли. Ако му дадат хубаво ядене, добър е като ангел. А пък като не му дадат да яде, като прегладнее, той заприлича на някой звяр.

Щом си наситен, ти си добър, щом си гладен, ти ставаш лош. Какво отношение има? Всичките хора, които са лоши, липсва им нещо. Всички, които са тъй способни, добри, значи придобили са нещо.

Скърбящият яде много, а радостният – малко или почти никак. Това е закон, който се потвърждава в живота на грешните и на светиите. Грешният яде много, а светията – малко.

Човек, като се радва, яде ли? Той не яде. Когато човек има някаква радост, той всякога мисли за радостта. Вярно ли е това? Вярно е. Той е толкова увлечен в радостта, че и два, и три дена не му идва на ум да яде. И в моето математическо разрешение, от моето наблюдение намерих, че хора, които много скърбят, много ядат. На скърбящия дай му хляб, а радостния лиши го от храна, малко му дай, малко му трябва.

Сега да ви обясня защо грешните хора ядат повече, а светиите не ядат, същият закон е – светията се е захласнал с Любов.

Работата, която вършим сега в живота си, ще има отношение към бъдещия ни живот. Онзи, който краде майсторски,

той и в другите си работи ще бъде такъв майстор. Онзи, който много мрази, той може и много да люби. Като видя някой лош човек в света, аз му се радвам, защото този човек, като дойде в познание на истината, ще бъде пак също тъй ревностен в доброто, както е бил в злото. Аз не говоря за туй обикновено добро, не. За мене сегашните добри и лоши хора са все под един и същ знаменател. Всички са добри. Кога? И най-лошият лъв, тигър, като го нахраниш, добър е, но я го остави 24 часа гладен и се опитай да го побутнеш! И най-лошата змия като е нахранена, добра е, но когато е гладна, посмей да се приближиш до нея! Тъй щото ние често казваме: „Той е благороден човек“. Казвам: той е нахранен човек. Но за да го познаете дали е благороден, оставете го 1224 часа гладен и опитайте се да го побутнете. Добрият човек, сит ли е или гладен, в него няма никаква промяна, той е един и същ. Да се не мени нашето съзнание.

Когато музиката стигне своя горен предел, тя се сменя с молитвата, щом пък достигне своя долен предел, тя се сменя с глада. Гладът е най-долният предел на музиката.

Човешката любов представя вдлъбната чиния, която всичко събира. Като я пълниш, ти се нахранваш. Речеш ли да раздадеш всичко, което си събрал, гладен ще останеш. Божествената Любов представя изпъкнала чиния с дъното нагоре. Преди да се сипе нещо в нея, тя го е раздала вече, тя нищо не задържа за себе си. Като раздаваш всичко, което имаш, ти се нахранваш. Значи, ако живееш в човешката любов, ти постоянно ще събираш, ако живееш в Божествената Любов, постоянно ще даваш. Това, което постоянно взима, е човешко, това, което постоянно дава, е Божествено. Не са лоши тези неща, но ще знаеш: като взимаш постоянно, по човешки ще бъдеш нахранен, а по Божествено гладен, ако постоянно даваш, по човешки ще бъдеш гладен, а по Божествено нахранен. Тогава ще изберете едно от двете: или гла-

ден по човешки, или гладен по Божествено. Ако се храниш по човешки, ще изпитваш Божествен глад, ако се храниш по Божествен начин, ще изпитваш човешки глад. Кое от двете ще изберете, това е ваша работа. Според мене по-добре е човек да бъде нахранен по Божествено, а да гладува по човешки, отколкото да е нахранен по човешки, а да гладува по Божествено.

Гладът е велик процес, който става в човешката душа. Той е вътрешна нужда, Божествен зов в човека. Човек трябва да работи, за да поддържа живота си. Ако той доброволно не яде, гладът насила ще го застави да яде. Гладът не е вътрешна нужда или вътрешен напор само в човека или във всички живи същества на земята, но той се среща и между напредналите същества, които са организирали земята. Глад има и между ангелите, но те се задоволяват по естествен път, вътрешно, а не както хората. Мнозина мислят, че като заминат за другия свят, няма да изпитват никакъв глад. И това е вярно, но в Писанието се казва, че заминалите души се хранят с ангелски хляб.

Не живееш ли по Божествените закони, хлябът ти ще е горчив, яденето също.

Някой път, като пиете вода, казвате: тази вода не е сладка. Защо не е сладка тази вода? Защото ти не си добър. Някой път казваш: ядох днес много сладко. Защо? Защото този ден ти си бил добър. Някой път хлябът е доволен от тебе, а някой път ти не си доволен от хляба. Защо? Не вървиш по правия път. Аз турям като правило за себе си следното положение: щом хапна нещо и не ми е сладко, няма да ям. Така прави и ти. „Ами какво да правя, какво да ям?“ Ще постиш, затова именно е постът. Ще постиш, за да възстановиш здравето си, да повишиш вибрациите на своя живот. Иначе, ако ядеш хляба си тъй, неподготвен, той ще бъде за тебе отрова. Съв-

ременната наука казва за някой човек, например, че нямал апетит. В какво седи апетитът? Апетитът, това е един Божествен импулс. Когато Господ вижда, че ти вървиш по Божиите закони, Той ти отваря апетит и казва: „Яж, ти заслужаваш това!“ А когато не живееш по Божиите правила, хлябът ти се вгорчава и Господ казва: „Аз съм недоволен от тебе“. И тогава ти казваш: „Окръжаващите ме хора не са в съгласие с мен, хората не ме разбират, природата не ме разбира, ангелите не ме разбират, Бог не ме разбира“. Ето един човек, който не е разбран от никого. А от кого трябва да бъде разбран? От себе си. Ето де е великата философия!

В живота има известни закони, които регулират яденето. Нямате ли охота за ядене, не яжте, чакайте докато се събуди у вас желание за ядене.

Не сте ли гладни не яжте. Гладни ли сте, и в 12 часа да е през нощта, пак може да ядете. Малко ще си хапнете, а не така, че да ви се пръсне стомахът.

Правило е човек да яде, когато е гладен. Той трябва да пристъпва към храната само тогава, когато се е събудило в него специфично чувство за ядене. Докато се вслушва в това чувство, което му подсказва кога да яде и кога не, стомашната му система ще бъде в пълна изправност. Щом стомахът е в изправност, и дробовете ще бъдат в изправност. Като се храни правилно, човек диша правилно. Щом диша правилно, и мисълта му е права. Значи между храненето и мисленето има известно отношение. Какъвто е процесът на храненето, такъв ще бъде и процесът на мисленето.

Яж, когато пресищането си е заминало.

Почивай си, когато гладът е дошъл. Хората не знаят, че гладът в света, това е една почивка.

Гладът в света е един велик принцип, една велика сила, която подтиква хората към култура. Гладът е научил хората да мислят, а преяждането е подтикувало хората към леност. Гладът е една велика добродетел.

Трябва да знаете кога човек се е отклонил от Божествено-то. Има две състояния: това, което наричаме „апетит“, това е човешкото. То е един неорганизиран свят. Онзи, който има апетит, той постоянно мляска. Цял ден яде, постоянно яде. Яде, за да стане по-тежък, по-тлъст, по-мазничък. Това е едно неестествено положение. Пък реалното е гладът. Гладът иде периодически в човека. Всякога не се явява гладът. Гладът се отличава с едно качество: че ти, като ядеш само хляб, пак си доволен. А пък другият, с апетита, иска месо, аперитив, различни яденета, печено и пак е недоволен. Казва: „Покривката не е хубава, лъжицата не е на мястото си“ и пр. Той не търси храната, а търси едно удоволствие в яденето. А пък заплатата на всички удоволствия са болестите. Човек, който се удовлетва, ще му се плати с всичките болести ще го намерят всички смущения.

Дотогава, докато те блазнят хубавите гозби, ти си в пътя на смъртта.

Вие искате едно удоволствие да се задоволи, но не забравяйте, че удоволствието нарушава свободата на човека. Който и да е човек, който служи на удоволствието, нарушава собствената си свобода, нарушава и свободата на другите. Всяко нещо, което е за удоволствие, турете го настрана. Да се удовлетвате, да бъде последното в живота ви. Ако най-напред искате да се удовлетвате, ще закъсате.

Човек, който се удовлетва, ще го намерят всички смущения.

Умереността е първото правило в живота.

Когато ядете, гледайте да не си угаждате. Когато угощавате ближните си, и на тях не угаждайте, не им позволявайте да преяждат. Някои хора са вегетарианци, но какво ли не готвят, какви ли не пищни ястия правят, което също е вредно.

Като ядете, не напълвайте чинията с ядене и не режете големи парчета хляб.

Една паничка ядене ще вземете, не искайте два пъти да ви дават! Колкото и да е сипано, два пъти не искайте да ви доливат.

Питам ви сега: по какво се отличава здравият от болния човек? Здравият човек всякога изпитва глад, а болният човек всякога има апетит. Имаш ли апетит, ти си болен човек. Изпитваш ли глад, ти си здрав човек. Здравият човек огладнява най-много по 2 до 3 пъти на ден: сутрин, на обяд и вечер. Човек, който има апетит, яде по цял ден: това ще похапне, онова ще похапне, ще си разстрои стомаха, докато най-после умира. От какво умират хората? От много ядене. Казват за някой: „Много яде този човек“. Казвам: апетит има той. Максималното число за ядене у гладния човек е най-много 23 пъти на ден. Той е разумен човек. Мине ли числото 3, спада вече към хората на апетита. Законът на глада свършва с числото 3, а законът на апетита свършва с числото 4. Числото 4 означава кръст. Щом видиш, че някой човек носи кръст, ще знаеш, че той е в закона на апетита. Днес всички хора носят само кръстове, те са герои на кръста. Защо носят кръстове? Какво е значението на кръста? Кръстът е символ на страдание. Господ ти е дал кръста, т.е. страданията, за да се смириш, да съзнаеш своите слабости и да кажеш: „Господи, аз имам една слабост, която трябва да изправя“.

Казвам: праведният човек яде само веднъж през деня. Обикновеният човек яде два пъти през деня, а онези хора, които мязат на животните, ядат постоянно.

Казвате: по колко пъти на ден трябва да се яде? По един път!

Всички хора, които са яли, без да са били гладни, придобиват най-лоши болести. Човек трябва да яде, когато усети немощ, та като приеме хляба, да почувства силата му, и да го яде, като че извършва свещен обряд.

Сегашните хора много малко се ръководят от глада. Апетитът не е меродавен в природата меродавен е гладът. Гладът удължава живота, апетитът го скъсява. Всички ония хора, които умират в ранна възраст, все са се ръководили от апетита. Всички ония хора, поне аз така зная. Всички хора, които са живели един дълъг живот, са се ръководили от глада. В глада има едно хубаво качество човек при глада е доволен от малкото, което има, той го използва. При апетита не е доволен. Апетитът е голям аристократ, той не се задоволява с едно ядене.

Във всяко желание човек трябва да търси Бога. Някой казва: „Имам желание да ям“ значи чрез храната имаш желание да намериш Бог, да познаеш Божията Любов. Щом човек намери Бога и познае Любовта Му, той всичко е придобил.

Количество

Не е достатъчно човек да се стреми да яде, но той трябва да знае как да яде. Ако яде много и неправилно, той върши престъпление, ако остава гладен и не си дояжда, той пак върши престъпление. На човека се препоръчва нито да преяжда, нито да си недояжда.

Ако много ядеш, е лошо. И ако много малко ядеш, пак е лошо. Трябва да ядеш умерено. А пък кое е умереното ядене? Да обичаш една храна, то е умереното ядене. Щом преяждаш, ти не си оценил храната. Щом не ядеш, пак не си я оценил. Ако вземеш колкото ти е необходимо, то е обич към храната. Защото в природата малките неща се благославят.

Ще ядеш толкова, колкото стомахът в дадения случай може да смели. Ако ядеш повече или по-малко, то е престъпление. Да не мислиш, че като ядеш повече, ще спечелиш, и като ядеш по-малко, ще спечелиш?

Преяждането и недояждането са еднакво опасни за стомаха. Червата, стомахът, коремът страдат, когато се нарушат физическите закони.

Ако накараш стомаха си да работи повече, отколкото трябва, ще го разшириш, ако пък не му даваш достатъчно работа, той ще стане ленив. От голяма активност ще го разстроиш, а от голяма леност ще изгуби своята пластичност. С всяко нещо е така, защото когато човек е разумен, знае мярката.

Като не ядеш, ти казваш, че не си разположен. Не, вземи си точно такава дажба, колкото организъмът ти изисква. Ти нямаш право да изменяш законите на природата! Ти ще ядеш толкова, колкото ти е определено. При това природата точно е определила за всеки организъм колко храна трябва да вземе.

Малко трябва да се яде, умерено, а не никак да не ядеш. Всеки един човек знае колко може да носи, да яде. Птиците, които нямат инструктори как, кога, какво и колко да ядат, нима не знаят как да ядат?

Малко ще ядете. Колко малко? Всеки си има вътре в себе си едни везни, с които точно се определя колко трябва да

яде. Колко и как да яде, всеки от нас знае. Ако сте забравили, ще възстановите това знание.

Пазете се от преяждане! То носи всички нещастия и злини в живота. Като знае това, човек не трябва да преяжда нито на физическия, нито в духовния, нито в умствения свят. Дойде ли до физическото хранене, човек трябва да яде точно толкова, колкото му е необходимо нито повече, нито по-малко.

Природата е определила точно колко трябва да яде всеки човек. Донякъде тази мярка е в зависимост от тежестта на човека. Всеки ден невидимият свят определя за всеки човек колко трябва да яде и какво меню трябва да употребява. Ако човек не яде толкова, колкото му е определено, той ще си нанесе голямо зло. И ако яде повече, отколкото му е определено, също ще си нанесе едно голямо зло. От сутринта още се определя за всеки човек известен бюджет, който трябва да изразходва. И той трябва да благодари за определения му бюджет. Ако човек си позволи свръхсметен кредит, той ще трябва да отговаря за него. Природата обича точната математика: нито повече, нито по-малко.

Всички съвременни хора са загазили със свръхсметните си кредити. Те току си отпускат от касата и после казват: надминат е определения бюджет! И след това ще кажете, че животът е тежък. Не е тежък животът, но ние искаме да го изменим. В това седи тежестта. Ти работиш повече, ядеш повече, а не трябва да ядеш и да работиш толкова много. Колкото повече работиш, толкова повече ще се изтощаваш.

Велик смисъл е вложила природата в храненето, но когато точно се спазва количеството храна, което тя е определила за всяко живо същество. Всеки, който си е позволил да употреби повече храна от тази, която природата му е определила, скъпо е платил. Не е позволено на човека да преяжда. Като преяжда, от една страна, той нарушава силите на своя ор-

ганизъм, а от друга отнема част от храната, предвидена за други същества.

Когато стомахът е нормално развит, храненето става правилно: човек нито гладува, нито преяжда. Тук не е важна големината на стомаха, а неговият строеж. Който иска да организира стомаха си, всякога ще яде навреме, без да преяжда.

Човек трябва да има здрав стомах, с пластични движения, с хармоничен ритъм, за да бъде животът му нормален. Ако стомахът на човек е нормален, свиванията и разпусанията също трябва да бъдат нормални, за да кажем в заключение, че даден човек живее по правилата на новата хигиена. Щом стомахът му е нормален, той може да се храни свободно, без страх от разстройство. Обаче ако стомахът му се свива и разпуска неправилно, не може да се говори за естествено хранене. Свие ли се стомахът, храната не може да се смели, вследствие на което се образуват отровни газове, които отравят кръвта.

Грехът не се заключава в яденето, а в чрезмерното ядене. Когато човек претоварва стомаха си повече, отколкото трябва, в стомаха и в червата остава необработена част от храната, която започва да се разлага и образува отровни газове. Храносмилателната система трябва да се държи в изправност.

Съвременните хора, като ядат месо, страдат. Само една микроскопична част от храната се асимилира, а другата е излишък. Този излишък трябва да се изхвърли навън. И всички болести днес се дължат на този излишък, а въпреки това всички проповядват, че трябва повече храна. Не, по-малко храна е нужна на човека и тя трябва да се приеме и асимилира така, че от нея да остане по възможност най-малък излишък.

Ако болният страда от стомах, колкото и малко храна да приема, всякога част от нея не може да се смели и се натрупва във вид на полуорганични вещества около ставите, около прешлените на гръбначния стълб и причинява усложнения в организма. Според медицината „ревматични заболявания“, а на духовен език „духовни тръни“.

Щом храната не се смила добре, и кръвта не може правилно да се пречиства. Тогава около ставите се натрупва полуорганична материя във вид на утайки. Тези неправилности в организма създават неразположение на духа, песимизъм. За да не изпадате в песимизъм, чрез силата на волята работете за подобряване на стомашната си система.

Трябва да ядеш тъй, че да остава излишък съвсем малко, микроскопичен излишък.

Десет милиона клетки в стомаха вземат участие в смилането на храната.

Стомахът е място, дето се приготвят соковете за смилането на храната, а не е място за трупане на голямо количество храна.

Ако стомахът не смила правилно храната, човек изпитва голяма тежест.

От преяждане се явява задръстване на нервната система, а оттам и кръвообращението не става правилно, мозъчната енергия не изтича и не приижда правилно. Тогава настава процес на втвърдяване на артериите, при който те губят своята пластичност. Най-после човешкият дух се принуждава да напусне тялото.

Ако ядете много, вие никога няма да се освободите от злото, защото то върви паралелно с яденето. Колкото по-нечиста е кръвта на човека, толкова по-лош е той. Доброто,

което човек възприема и обработва в организма си, пречиства кръвта му.

Чрезмерната работа е толкова опасна, както и мързелът. Не си преуморявайте тялото! Хората ядат по 34 пъти на ден и за всяко ядене стомахът трябва да мели тази храна по 4 часа, това значи, че той работи по 12 часа. Стомахът трябва да работи по 3 часа най-много. Само добрият, умният човек може да бъде здрав и добър господар, само той знае как и колко да работи, и как, и колко да почива. Има нещо много хубаво в почивката. Сега хората така се изтощават от работа, че с нищо не могат да си набавят тази изгубена енергия. Не е само въпросът хората да имат хигиенични жилища, храна, дрехи, материални блага, но трябва да имат и почивка.

Като се нахрани, човек трябва поне 4 часа да не яде, да даде почивка на стомаха си.

За едно ядене клетките на стомаха могат да работят час, час и половина, после ще ги оставите да почиват. Не яжте мъчносмилаема храна, за която се изискват 45 часа работа, работят ли тези клетки повече, вие ще се осакатите.

Според мене здравословната храна се смила за 1 час и 20 минути. Всяка храна, която се смила за повече от това време, е вредна.

Ако искате стомахът ви да бъде в изправност, употребявайте само по едно ядене на ден и никога не преяждайте, като за предпочитане е да се храните с вегетарианска храна, главно плодове.

До 45 години расте човек, до 45 години като яде, печели, а от 45 до 90 години губи. Колкото и да вземеш, всякога губиш. От една до 45 години тялото се увеличава, от 45 започва да намалява.

Старият човек колкото повече яде, толкова по-зле.

Някой казва: „Мене ме е нападнал един дявол!“ Невежеството, незнанието в света е големият дявол, който заблуждава хората. Според онзи закон, по който е създаден нашият организъм, в него постоянно става обмяна. Никога не трябва да вземаш по-голямо количество храна, отколкото е потребно за организма! Който иска да бъде здрав, никога не трябва да преяжда. Ако искаш да бъдеш здрав, да живееш 120, 150 или 200 години, никога не трябва да преяждаш.

Две неща продължават живота: разумно хранене, т.е. спазване на известна диета, и нормални страдания. Като не преяжда и не си дояжда, човек пак продължава живота си.

Тези, които много ядат, не обичат живота. Ядеш малко, сладко ядеш. Ядеш много, не си доволен, без Любов е.

Малко яжте, но с Любов яжте. С вяра яжте, с надежда яжте. Да знаеш, че с храната ще се облечеш. Тя ще ти остави нещо. Да знаеш, че тази храна ще ти даде сила. Като ядеш, да знаеш, че тази храна ще те задоволи. Да остане едно задоволство, да си благодарен, че си ял.

Яжте така, че всякога да останете една трета гладни. Това е моето правило.

Ако човек яде половината от това, което сега яде, ще си удължи живота. Човек трябва да разбира скритите сили, които провидението, великото в света е вложило в материята. Ако човек е разположен, ако има трезва, права и свежа мисъл, ако разбира причините за нещата и законите, явленията в света, процесът на хранене ще протича правилно.

Българинът страда от преяждане. Ако яде по-малко, всич-

ко ще се оправи. Като яде, да стигне до 20 хапки и там да спре.

Ще ядете само по 21 хапки, който не слуша, ще опита последствията на своето непослушание.

Докато живее, човек трябва да яде, но умерено; като приеме 1520 хапки, той трябва да спре. Не спази ли този закон, човек дохожда до пресищане, което се отразява вредно върху организма. Природата е щедра, но разумна и взискателна.

Колко хляб е нужно на културния човек за един обяд? Най-много $\frac{1}{4}$ килограм. Ако някой изяде на едно ядене половин килограм, това показва, че двама души живеят в него, ако изяде $\frac{3}{4}$ от килограма, трима души живеят в него, ако изяде цял килограм, 4-ма души живеят в него.

Ако ви дадат един хляб да го ядете, разделете го на три и изяжте само една трета, другото оставете на този, който ви го е дал.

Човек се нуждае дневно от 250 грама жито, 100 грама ориз.

Който иска да постигне нещо велико, трябва да яде малко.

Многото ядене спъва духовния живот.

Който много яде, намалява своята интелигентност.

Малкото ядене действа лечебно.

Засега един от начините за лекуване на съвременните хора е да ядат малко, изобщо да не преяждат. Едно е важно да се знае: стомахът се нуждае от малко храна.

Злото произтича, когато нещата се тълкуват криво. Злото не седи в яденето. Някой сготвил хубаво, прекрасно ядене. Ако вие преядете и турите в стомаха повече, отколкото стомахът може да смели, веднага усещате една тежест. Както в ония времена, които описват историците. В Римската империя, в римската епоха, у римляните вкусът за ядене бил толкова развит, че цяла нощ като пирували, вземали някакво лекарство, да повърнат яденето, че пак да ядат. Два-три пъти правили така, за да опитват вкуса. Какво ще бъде това ядене, като ядеш, да го повърнеш, че пак да усетиш вкуса? То е едно неразбиране. Защото животът не седи само в постоянното ядене. Яденето е едно благословение, то е една връзка. Чрез яденето ние влизаме да се запознаем с вътрешната страна на живота. То е връзка, защото живот с живот се свързва.

Под думата „ядене“ всякога се разбира храна, която предоставя изобилен материал за съграждане на тялото. За изграждане на тялото малко материал е потребен, но понеже ние харчим чрезмерно много енергия, затова ядем много. Да кажем един слон изяжда на ден 70 килограма ориз. Ако човек би изяждал по 70 кила ориз, отде ще го намери, не е икономично, не е съобразно със самия живот. Едно кило ориз за колко време може да го изяде човек? 100 грама ориз за един ден, за 10 дена едно кило. Значи от гледището на природата трябва да се икономисват Божествените енергии, понеже с хиляди години тя е работила, за да ни достави тази храна.

Светиите са хора икономисти в яденето. Казват: не трябва да се яде повече, много енергия се харчи, много мъчно се добива. Светиите пестят енергията, харчат времето. Време имат повече, енергия по-малко. Следователно светиите са умни хора, понеже пестят енергията. Един светия живее повече от един светски човек. Един светия живее 120150 години, един светски човек живее 60 години. Като яде наполовина, той продължава живота си.

Щом си създадете един навик, вие трябва да му служувате. Да допуснем, че обичате много да ядете. Защо? Каква е мярката за яденето? Същият закон имате и с огнището: когато горенето не е пълно, може да изгорите и 100 килограма въглища, и топлината да е малка; може да имате друго огнище, в което ще изгорите 10 килограма въглища и даже 5 килограма, и за целия ден да имате толкоз топлина, колкото другите огнища дават за 100 килограма. Значи горенето не е пълно. Следователно всички ония наши мисли и постъпки, които не са обмислени, поглъщат много енергия. Защото думите „обмислени“, „да мислиш“, значи да гориш добре, да има пълно горене. „Да гориш добре“ и „пълно горене“, те са синоними. Ние се стремим към пълното горене. Там, дето има много кадеж, показва, че мисълта е слаба. Хората имат желание да се отоплят. Умните хора, за да си отоплят стаята, икономисват въглищата. Защото природата е много икономична. В природата няма никакъв излишък, няма никакъв недоимък.

Какво трябва да се придаде към вашата любов? Повече знание, повече светлина, повече мъдрост, повече истина. Една майка обича детето си и от любов го храни по 10 пъти на ден. В любовта на тая майка липсва знание. Тя претоварва стомаха на детето си и после се чуди коя е причината за това. Много просто нейната неразумна любов. Ако го храни по 23 пъти на ден, това е достатъчно. Ще кажете, че птиците хранят малките си по няколко пъти на ден. Законът за храненето у тях е друг, не е както при хората.

Здравето зависи от правилното хранене. Някои майки грешат, като карат децата си да ядат по 34 пъти на ден. Така децата заболяват и стават лениви. Да преядеш, това е крайност, да гладуваш, това е друга крайност. Като знаят това, родителите и учителите трябва да обръщат внимание върху храненето на децата, за да продължат живота им и да ги направят дееспособни.

Научете се да ядете малко, защото ще дойде време, когато ще бъдете поставени при условия да ядете един път или два пъти в седмицата, затова от сега се подгответе.

Днес голям процент от хората умират от преяждане и от пресилен труд за осигуряване на прехраната. Те ядат бързо, не правят подбор на храната. Това изтощава и разстройва организма.

Съвременните хора мислят, че всичко се заключава в яденето. И наистина то отнема една трета от живота ни, защото от сутрин до вечер само за ядене слугуваме: сутрин мислим какво да пием, дали чай или мляко, дали млякото да бъде приготвено с какао по немски, или с кафе по турски, с каймак ли да бъде или без каймак. Едва сме закусили, почваме да мислим за обяд какво да ядем, ще има ли пиле или говеждо, с какво ще бъде сготвено, с домати или с тиквички, месото накълцано ли да бъде, дали ще има това или онова. Свършим обяда, почнем да мисли какво ще има за вечеря.

Съвременните хора живеят само за стомаха си и затова чрезмерната им работа е погълната само от чувства и мисли за него. Учителят преподава в училището и мисли колко пари ще вземе 300 лева или 400 и колко ще употреби за храна и за туй и онуй. Целият въпрос е само за яденето и след туй се чудим защо не можем да се издигнем като учители и свещеници. Всички гледаме как да поставим тялото в по-здравословно състояние, какво храна да му дадем, какво жилище да му направим, всички работим за външната обстановка на нещата, но никой не се спира да помисли за вътрешната страна на човешкия живот. Както наетото жилище трябва да е наредено хубаво, така трябва да бъде в ред и нашият ум. Ако е потребна хигиенична къща за нашето тяло, също така трябва да бъде хигиенично поставено и нашето сърце.

Докато е на физическия свят, човек трябва да яде умерено,

ако е в астралния трябва да пости, ако е в умствения трябва да се въздържа, ако е в причинния свят, той е свободен да върши каквото иска.

Насищане

Защо се огъва кръгът? Вътрешните сили са по-мощни от силите на съпротивлението отвън. Затова се огъва. Кога се огъва човек? Когато отвън има съпротивление и вътрешното налягане образува тази крива линия. Коя е тази вътрешна сила? Това е желанието на човека, неговата воля. По този закон ще изучавате най-първо лицето на човека ако искате да изучавате живота. Ще изучавате кои линии са изпъкнали и кои са вдлъбнати, и ще видите тогава дали външните сили на природата са по-мощни, или субективните сили на човека, на индивида са по-мощни. Ако вътрешните сили са по-мощни, вие ще имате една изпъкнала линия. Ще имате чувства развити. Такъв човек е еластичен, той е господар на положението; ако линията е вдлъбната, това показва, че стомахът се влияе отвън, той не е господар на храната. Тази храна не е здравословна, тя е развалила стомаха. Това се отразява върху човека и хлътват някои места, а някои изпъкват. Това хлътване показва, че трябва да се поправи стомахът. И ако господарят е разумен човек и не вземе мерки, ще има едно хилаво тяло.

Ще изразходваш толкова енергия, колкото трябва, колкото е позволено. Мярката е такава: ако изразходваш с ръката си толкова енергия, колкото трябва, ти ще усетиш в себе си едно удоволствие от работата. Работата, която вършиш, да ти е приятна. Ти, щом усещаш недоволство в работата, ти си изхарчил повече енергия.

И в яденето същият закон е: като ядеш, дойдеш до едно място, приятно ти е спри там. Преядеш, веднага ти стане тежко, ти си изразходвал повече енергия, отколкото трябва.

За всяко изразходване, което е излишно, човек се наказва. Всичките страдания не са нищо друго, освен наказание за безразборно изхарчване на Божествената енергия, която е дадена за нашия живот.

Кое е новото в света? По кой начин иде то? Чрез първата хапка, която приемате при ядене. Ядеш нещо вкусно, в който момент усетиш, че ти е най-сладко, там спри. Нека остане в тебе желание да продължиш яденето следния път. Ако престъпиш това правило, непременно ще преядеш. Това упражнение дадох на младите. Ако отидеш на гости и поседиш известно време, в който момент се разположиш добре, веднага тръгни, не стой повече. Щом излезеш от едно място, иди на друго, там те чака нова работа. Това изисква Божественото.

Яви ли се у вас желание да ядете много, не задоволявайте изцяло желанието си. Дойдете ли до най-сладката хапка, ще спрете, няма да ядете повече. Винаги оставайте малко гладен! В чинията винаги да оставяте малко от яденето, да не го изяждате до край. Когато пиете кафе, мляко, чай, винаги да остава малко недоизпито. Когато пазарувате, не изхарчвайте парите до стотинка, винаги по нещо да остава. Когато готвите, винаги слагайте повече, макар и после да го хвърлите. Когато сипвате в чиниите или чашите, винаги нека прелива.

Човек всякога трябва да яде толкова малко, колкото да подкрепя своя организъм, да няма никакви излишъци и да прекъсва яденето си при най-сладката хапка, повече да не хапва. Ако хапне повече, това ще бъде за него отрова. И в природата трябва да бъде така. Дойдеш ли до най-високия връх, дето добиваш най-голямото удоволство, спри там.

Ти се храниш и в един момент ти стане приятно, но не се спираш там и казваш: „Още малко ще взема“. Но като вземеш и другата хапка, ще се влоши положението. Ти при най-хубавото спри. Повече не трябва да вземаш, то е вече

лакомия. Додето си стигнал, то е равновесието, то е Божественото. И ако искаш повече, туй показва, че ти не разбираш живота. Понеже има много блага, които съществуват в света, които природата е създала. Голямото благо е голям товар, малкото благо малък товар. Този закон почти за всичко е верен. Когато човек малко има, по-добре е. Който много има, много ще изискват и от него. Който малко има, малко ще изискват от него.

Човешкият живот се осакатява от калта на пороя, от топенето на снеговете, от голямото наводнение. Затова се казва: не стой на брега на река, която приижда. Качи се на върха, на високо място, да не те засегне. Като забогатее, човек се отпуска, повече пари пилее, яде повече. Да се пази, че пороят иде. Има един природен закон, според който никой няма право да изразходва повече енергия, повече пари, отколкото е нужно. Друг закон: никой няма право да икономисва от това, което му е нужно. Ако яде повече, отколкото трябва, ще затлъстее; ако яде по-малко, ще изсъхне. Хигиената на живота изисква от човека да бъде умерен и в яденето, и в чувстването, и в мисленето.

Дадат ви един французки наполеон ще се зароди едно доволство. Дават ви два наполеона усилва се задоволството, дават ви три, четири, пет, шест, седем, осем, девет доволството ви все расте. Като дойде до едно място, вашето чувство вече не се усилва, оттам ще ви стане безразлично. Там, дето ти стане безразлично, вие сте взели повече. Като се качите до най-горната точка и не вземете нито един наполеон повече, то е нормата. И в яденето е същият закон. Като вземеш, първата хапка е най-сладка. Втората е по-сладка, три, четири са по-сладки, но дойдеш до едно място, дето вече се пресищаш. Ако вземеш една хапка повече, настанва обратен процес. Не си дояждай. Нека има нещо в живота, което не си постигнал. Ти ще бъдеш щастлив. Щом постигнеш всичките желания на земята, ти ще бъдеш нещастен човек.

Не искайте да се уреди целият ви живот! В Любовта съществува един закон: днес, като се наядеш, за утрешния ден не мисли. Турците казват: „Аллах керим“, а пък християните казват: „Иова и ре!“ Няма да се спирам филологически върху тези думи. Приблизително това значи: „Господ ще промисли. За утре Господ ще промисли!“ Не си ти, който ще промислиш. За ядене майката промисля, а пък длъжността на децата е да ядат. А майката приготвява храната. Ние сме в една епоха, в която ние сме деца. Трябва да се храним добре. А пък ако остане да приготвяваме тази храна, съвсем ще се забъркаме. Други същества от невидимия свят приготвяват храната. Онези плодове, които растат, не ги приготвяваме ние, също житото, което расте, също така въздухът, който изпълва пространството и пр. Ти само ще възприемеш въздуха, храната. Ние искаме понякога път да уредим живота си. Не е възможно да уредиш живота си. То е най-сложното нещо да уредиш живота си.

Природата помага 50% във всички случаи: в болести, в мъчнотии, в страдания. Постъпвайте и вие като природата ако помогнете на един човек 50%, оставете го той сам да си помогне 50%. Не помагайте на никого изцяло, 100 на 100. Ако си намислиш да оставиш на дъщеря си 100 хиляди лева, дай ѝ 50 хиляди. С каквото си решил да помагаш, като дойдеш до реализирането, изпълни наполовина. Забелязано е, че майките изгубват онези от децата си, които най-много обичат. Те искат да им дадат 100 на 100 от това, което имат, затова Бог взема децата им при себе си. Не може човек да живее на земята и да бъде 100 на 100 осигурен. Бог дава 100 на 100, а човек най-много 50%. Някои майки уморяват децата си от голяма любов, те ги хранят много, искат да ги задоволят напълно. Не пресищайте децата си, не пресищайте и себе си, бъдете верни на Божествения закон, според който и малкото се благославя като голямото. Дойдете ли до човека, давайте 50%, дойдете ли до Бога, давайте 100 на 100.

Казвам: какъвто е законът за физическото хранене, такъв е законът за умственото и сърдечното хранене. Никога не пресищайте ума си с излишни мисли. Никога не пресищайте сърцето си с излишни чувства! Умът и сърцето всякога трябва да остават поне малко гладни, да не си дояждат, нито да преяждат. Дали си цар, патриарх или владика, не е важно животът се определя от храненето, а не от положението, което заемаш. Ако си цар и не знаеш как да се храниш, ще станеш прост човек, ако си овчар и знаеш как да се храниш, ще станеш цар.

Общо правило е човек да остава малко гладен, за да усеща, че може още да яде, но да не си дояжда.

Едно от важните правила на яденето, което трябва да знаете е: никога в живота си не се пресищайте. Не си дояждайте. Всякога да станеш гладен от трапезата. И това да стане идеал за вас.

Гладът продължава живота. Никога човек не бива да се пресища, а да остава малко гладен. Преяждането скъсява живота.

Многото ядене изтощава човешкия организъм. Колкото по-малко яде човек, толкова повече животът му се продължава.

Всяко пресищане изтощава човека. Освен с храната пресищане става и със знанието.

Не е работата в многото. Тази идея не зная откъде е дошла на света. „Много казва ни трябва.“ Изобилието съдържа всичките нещастия, изобилната храна създава всичките болести! От недояждане хората страдат по-малко, отколкото от ядене. Почти всички хора страдат от преяждане.

Малкото се благославя в природата. Многого, пресищането в света това е един грях. Онези, които живеят по закона на надеждата, трябва да имат само необходимото в живота.

Ако изгубиш способността да се радваш на малкото, ти губиш цената си като човек. На хората, които не се радват на малкото, казвам: вие сте обикновени хора, от които не се очаква много. Вие не разбирате закона.

Според закона на Любовта, като дойде някой при мене, нахраня го. Той с неговата лакомия иска да го осигурия и за утре. Няма какво да иска от мене като обядва, да не мисли за вечеря. Един обяд на ден е достатъчен. Като му дадеш обяд, иска и вечеря, като му дадеш обувка, иска и шапка, иска апартамент, иска автомобил. Всички ненужни страдания идат от излишните желания.

Сега казват: „Да си дадеш залька от устата“. Може да мислят другите така, но аз никога няма да ти дам зальк! Тази философия е една обикновена философия. Един зальк, който е нужен на мене, няма да му дам. Като дойде, ще му дам един цял хляб. Не съм от бедните да му дам залька си от устата. Който казва така, иска да покаже, че е много щедър. Няма смисъл. Той като дойде, не една хапка, цял самун ще му дам, пък хапката ще оставя за мене. Аз на хората никога малко не давам. Него задържам за себе си, там е тайната на живота. Многого на другите. Десет самуна мога да дам, но хапката никога! Аз на човека една капка вода не му давам. Тази философия не поддържам, и цяло шише не му давам. Цяло буре вода ще му дам, но капка вода не му давам. Казвам: сега дръжте и вие тази философия. Задръжте малкото за себе си, а многото навън. В малкото е силата. Законът работи. Ако малките неща не оценяваш, малките величини не разбираш, големите са безсмислени в живота.

Щом като изядеш нещо, никой не може да ти го отнеме. Докато не си го изял, може да ти го вземат. Туй, което си изял, е твое. Туй, което не си изял, е чуждо.

Набраното е важно. Няма какво да гледаш паницата, ти гледай хапката. Ти, като ядеш, радвай се на тази хапка. Една хапка, на която се радваш, ще принесе хиляди пъти по-голямо благо от хиляди паници – те нищо не допринасят. Този закон може да го приложите по-широко. Онова, което виждате отвън, то са паниците; онова, което вие чувствате вътре в себе си, то са хапките. Философия трябва да имате за живота! Вие искате да бъдете здрави – от туй зависи здравето на човека, от туй зависи неговата права мисъл, от туй зависи неговото бъдеще отсега до вечността, от този момент зависи. Ти казваш: „Ние за бъдеще ще станем нещо“. Оставете тия глупави работи! Ти, ако в даден момент човек не можеш да станеш, ако хапката сега не я сдъвчеш както трябва, всичките ти работи през цялата вечност такива ще бъдат.

Многото желания не правят човека щастлив. Който има 10 чувала ябълки, и който има една ябълка, в един и същ момент ядат еднакво сладко. Разликата е само в това, че първият се е осигурил за по-дълго време, а вторият – само за момента. Обаче нито първият може да бъде всякога щастлив, нито вторият – нещастен. Щастието се определя от това, което човек в даден момент има. Една ябълка, една хапка правят човека щастлив. Кога? Когато са дадени в момента, в който човек се нуждае. Такъв е законът в природата. Човек не може да тури цяла ябълка в устата си, ще тури само една хапка. В момента една хапка ти трябва. Вторият момент – втора хапка. Важно е хапката да иде редовно и навреме. Затова е казано в Писанието, че малкото се благославя, а не многото. Малкото благо, което постоянно приижда, е за предпочитане пред голямото, което иде изведнъж.

Под въздържание не се разбира абсолютен пост, но да

няма никакъв излишък. Колкото и малко да ядеш, в душата си да благодариш на Бога.

Който иска да продължи живота си, трябва да се въздържа. От какво? Първо от много ядене. Винаги ще оставаш малко гладен, да не си дояждаш. Така в организма остава известен запас от неизползвана енергия, която го обновява. Ако преяждаш, ти съкращаваш живота си. Освен това, като яде, човек трябва да бъде доволен от яденето. Значи доволството продължава живота. Никога да не преяждаш и всякога да ядеш с благодарност и доволство ето две правила за продължаване на живота.

Страшно е когато човек дойде до закона на пресищането! Колкото малко и да е пресищането, човек все ще се натъкне на някакъв конфликт в себе си. Пресищането внася осакатяване в известни области на човешкия организъм. За да не попадне в закона на пресищането, човек не трябва да желае повече неща от тези, които има. Той трябва да бъде благодарен на това, което има поне за даден момент. Ако го сполепти някакво зло, той трябва да благодари, че не е по-голямо. Бъди еднакво благодарен и на доброто, и на злото, които в даден момент са те посетили. Радвай се, че не са по-големи, отколкото трябва. Човек еднакво може да носи и голямата скръб, и голямата радост.

Една от причините за осакатяване на човека е пресищането. Този закон е валиден и за физическия, и за сърдечния, и за умствения свят. Само чистите и светли мисли хранят мозъка. Човек не бива да храни мозъка си с безразборни мисли, както и стомаха си с несъответна, нечиста храна.

Животното в човека трябва да се подчини на висшето. Ядеш ли, не преяждай.

Нисшите желания не се крият във физическото тяло, но в плътта. Ето защо, за да възпитате тия желания, не трябва да измъчвате стомаха си.

Едва сега хората започват да изучават плътта. Не е въпрос да се отречеш от плътта, но трябва да се проверят методите, начините, с които тя си служи. Тя има своя култура, свои навици, някои от които трябва да се изменят. Има една спънка в плътта тази спънка се дължи на нейната инертност. Понякога плътта става инертна. За да я избави от тази инертност, духът влиза в нея, в плътта. Ако остане в своето инертно състояние, плътта не би могла да се развива. Щом не може да се развива, плътта ще остане спънка за развитието на човешкия живот.

За да не се спъва човек, за да се развива и за да преодолее спънките на своята плът, трябва да му се дадат ред страдания. Следователно всички страдания се дължат на плътта, а не на духа. Тъй щото, когато страдате, когато плачете, когато не искате да живеете, всичко това се дължи на плътта, а не на духа. Духът мисли и чувства по друг начин, а не както плътта. Ако разглеждате нещата от положението на плътта, вие ще се намерите в съвсем затворен, в безизходен път. Ако гладуваш само 24 часа, плътта ще каже: „Ще умра гладен!“ Духът обаче ще каже: „Няма да умреш гладен. Ще се намери изходен път от това положение.“

Натрупването на плътта показва, че тя има много желания: тя иска да яде, да събира много богатства и имоти. Плътта казва на духа: „Какво си тръгнал да мислиш за небето? Не знаеш ли, че трябва вода, въздух, пари, къща? Не знаеш ли, че трябва хляб? Това е реалното в света.“ И без пари може!

Според мене безверници могат да бъдат само духовните хора. Само високо духовният човек може да живее без вяра, а плътският може да живее само с вяра. По-лесно е да се всади безверието в ума на духовния човек, отколкото в ума

на плътския. Как ще кажете на плътския човек, че може без хляб? Той ще ви каже: „Какво ще ми говориш, че може без хляб! Каквото и да ми говориш, аз не ставам безверник. Без хляб не може!“ Колкото за другите работи, в които плътта не участва, там безверие може да съществува. Един човек без плът може да стане безверник, но като дойдете до плътта, тя казва: „Аз не искам да стана безверница!“ Плътта е много практична. Като ѝ говорят, че без хляб може, че без пари може, тя казва: „Аз искам да докажеш, че можеш без хляб, стой 1015 дни гладен“. Човек може и до 40 дена да не яде.

Човек трябва да разбира законите, на които плътта се подчинява, и като ги разбира, да ги спазва. Никога не плашете плътта си с вечния огън или с други неща! Тя е дете, на което трябва да се говори с положителен език, никога да се не лъже. Щом я излъжете веднъж, тя помни това и не вярва вече. Само три пъти най-много може да излъжете плътта. Ако я излъжете повече от три пъти, и светия да сте, тя не вярва вече. Следователно бъдете всякога изправни по отношение на плътта си. Не лъжете нея, не лъжете и себе си.

Когато искате да я нахраните, ще ѝ кажете: „Ще почакаш до 12 часа. Приготвил съм ти хубаво ядене.“ Тя знае това и чака. Като дойде 12 часа, сложете ѝ да яде, но да не преяжда. Ще ѝ кажете да яде малко, защото и довечера ще яде пак, та да ѝ бъде сладко. Като дойде вечерта, пак ѝ кажете: „Не яж много, защото и утре пак ще ядеш“. Така ще ѝ говорите, ще я възпитавате като дете. Никога не задоволявайте плътта си напълно. Оставяйте я поне една трета гладна. Когато ѝ шиете дреха, пак не задоволявайте изискванията ѝ напълно. Нека ѝ липсва нещо: било копче, било яката и не точно, както трябва. Каквото дадете или каквото направите на плътта, нека не бъде абсолютно свършено. Ако всичко бъде свършено, работите ѝ няма да вървят.

Когато ние искаме да опитае всички добрини, ние опит-

ваме едно голямо зло. Например, ако седнеш на трапезата и искаш в дадения момент да опиташ всичкото благо на яденето, ти ще опиташ най-голямото зло. Ти опитай най-малкото благо на яденето, най-микроскопическата част от това благо. Вземи една ябълка и малко хлебец и бъде благодарен, а довечера пак ще ядеш. През тия 50 или 100 години на живота си все ще опиташ благо на яденето, все ще ядеш.

Като ядете плодове или друга храна, спазвайте правилото, никога да не си дояждате или никога да не преяждате. Това се отразява здравословно върху човека. Ако искаш да живееш повече време на земята, не си дояждай. Нека остане в тебе желанието още да хапнеш. Ако всякога си дояждаш или преяждаш, ти скъсяваш живота си. Не казвай, че не искаш да ядеш. С това ти сам си пакостиш. Нека остане в тебе желанието да си хапнеш още, но не задоволявай желанието си напълно.

По-голяма сила ще добиете, ако не опитате нещо. Има такива неща, които ако не опитате, ще бъде по-добре. Като погледнете хубаво опечената баница, кажете: „Благодаря!“ – и толкова!

Не се стремете да достигнете вашите желания изведнъж! Когато едно силно желание има у вас, а не е изпълнено, то дава подтик, енергия за работа, но щом се постигне, дейтелността спира. Гладен си, не бързай да се наядеш наведнъж, яж бавно, спокойно.

В законите на Мойсея е казано: „Когато отиваш да жънеш нивата си, не я доожънвай, остави на нея няколко класа тук-там, да има за бедни хора“. Като ядеш, не изяждай всичко в чинията си, остави нещо в нея. Аз познавам един българин, той като яде, всякога измива с хляб чинията си, но въпреки това работите му не вървяха добре. Аз го гледам, нищо не

му казвам, а той казва, че така трябвало да се яде. Същият закон се отнася и до мислите: не желай да разбереш една мисъл до край това е лакомия. Не желай да бъдеш такъв поет, музикант, или учен, че да няма втори като тебе. Това е непостижимо! Така ти ще намериш своето нещастие.

Всички съвременни земледелци посяват повече, отколкото трябва. Те казват: „Ние имаме право да посеем повече, отколкото трябва“. Не е така. Земята трябва от време на време да си почива. Всякога не е нужно една и съща площ да се засява. Не мислете, че е безконечно нейното използване тя трябва да почива. Земята с милиони години е събирала това богатство, от което ние днес се ползваме. Не мислете, че вие може да постъпвате с нея безразборно. Тъй, както хората се развиват и вървят, един ден тези ресурси ще изчезнат. Ако няма откъде да дохождат нови притоци, нови средства, сегашните ще изчезнат. Тъй, както сега се развива индустрията, един ден всичко ще се изхарчи и нищо няма да остане. Какво ще правите тогава?

Ти имаш уста, но тази уста ти носи страдания, още не се е научила устата ти. Трябва да имаш една учена уста, уста, която дълго търпи, която е благосклонна, която не завижда. Устата много завижда. Като дадеш ядене в чинии на две деца, едното гледа в чинията на другото и се сърди, ако на другото дете е дадено повече ядене. То даже и половината от това ядене не може да изяде. Гледайте съвременния свят: той толкоз провизии имат, цяла година не могат да ги изядат, мислят, че няма да им стигнат. Други имат за 100 години да ядат и пак мислят, че няма да им стигнат. Някои имат 1 милион, 2 милиона, 100 милиона и мислят, че няма да им стигнат.

Нека да ви представя конкретно онзи велик закон в света: как трябва да се постъпва, как трябва да се прави добро. Някой казва: „Трябва да правим добро“. Ето какво е истинското

добро в света. Ако правя добро в света, аз ще го направя по следния начин: ще насадя градина от няколко хиляди дървета и тогава всички, които минават, ще каня на гости, но никой не трябва да носи никаква кошница. Ще носи само кошницата, която Господ му е дал. Господ на всеки одного от вас е дал една малка кошница и само със своята Божествена кошница ще дойде и колкото може в нея да тури, да тури. Във външна, друга, голяма кошница не се позволява нито една ябълка да вземе. Да напълниш външната кошница и да си носиш вкъщи седи съвременното зло в света.

В старите схващания това, което можеш да изядеш, не е престъпление. Престъпление ето къде има: ако вземеш ябълката и я туриш в джоба, то е престъпление. Туй, което можеш да туриш в Божествената торбичка, не е престъпление. Туй, което туриш в човешката торбичка, то е престъпление. Следователно, ако вземеш хляб и го изядеш, не е престъпление, ако го туриш в джоба си, е престъпление.

Когато минаваш през едно лозе, което е вече узряло, пита се: имаш ли право да береш от гроздето? Според Мойсеевия закон, като минаваш покрай едно лозе, което е узряло, ти имаш право да си откъснеш само един грозд, нечетно число, но нямаш право да си откъснеш още един и да го туриш в торбата си. От всяко благо, което Бог ни изпраща на земята, ти имаш право да вземеш по нещо. Благата, които Бог изпраща чрез светлината, чрез въздуха, чрез водата, ти имаш право да вземеш по нещо от тях. Аз считам тия блага колективен труд, но не говоря за благата, които хората са турили в своите бакалници, в своите хамбари.

И тъй, ние сме призвани да разрешим един от най-важните въпроси яденето и насищането. Насищането има смисъл само тогава, когато нашият живот се облагороди. Облагородиш ли се, ти си наситен и животът ти има смисъл, а ако

не се облагородиш, в душата ти ще има вечен глад и ти ще изгубиш смисъла на живота. И тъй, яжте и се насищайте!

Ако не ядем по този закон, раждат се всички престъпления, а ако ядем и се насищаме, раждат се всички благородни деяния. И казва се, че всички месоядни животни имат постоянен глад тревопасните животни се насищат, а месоядните всякога ядат и всякога са гладни, не се насищат. И следователно, според мене месоядството е престъпване на Божия закон. Всеки, който престъпи великия Божи закон на Любовта и Мъдростта, е месоядец, първокласен месоядец. А всеки, който изпълнява Божия закон на Любовта, Мъдростта и Истината, е плодоядец, не вегетарианец, а плодоядец. Тъй ако поставим вегетарианството, ще има смисъл.

Човек още от младини трябва да учи закона на довольството. Ученикът всякога трябва да има най-хубав хляб, но каквото количество и да има, всякога трябва да е доволен. Той няма право да изказва недоволство от количеството на храната си, защото всеки ден носи своето благо. Днес може да има скромна храна и в малко количество, утре ще бъде по-богата и повече. Но каквото има днес, ученикът трябва да бъде напълно доволен, не трябва да иска повече. Колкото и малко хляб да има, той трябва да го погледне, да му се усмихне, да го помилва и да каже: „Благодаря и за това, двама заедно ще учим“. Тогава и хлябът ще му се усмихне и ще каже: „С тебе заедно лесно ще научим урока“. Ще дойде ден, когато ще говорите с хляба. Христос казва: „Аз съм живият хляб“. Значи ще дойде ден, когато ще говорите с този жив хляб. Каква промяна ще стане с вас, ако вие имате живия хляб?

„Яли и се наситили.“ Човек трябва да се наяде. И Христос казва, че сте яли живия хляб. „Аз съм живият хляб.“ Е, как ще изясните този жив хляб? Казва още: „Аз съм живата вода“, изворът, който ще извира от вас вечно и няма да имате нужда да идвате, да черпите от този кладенец. Следователно

ние трябва да се стремим да имаме една пряка връзка с произхода на нашето битие.

Трансформиране

Яденето е наука за трансформиране на енергиите от едно състояние в друго, от груба енергия в умствена. В яденето е скрита една велика Божествена сила.

Съвременните учени разглеждат храносмилането като физически процес, но това не е още завършена работа. Като дойде храната до мозъка на човека, ангелите я приемат оттам във вид на храна. И в тях храната минава през стомаха, дробовите и мозъка им. Като стигне до мозъка, възвишените същества от Божествения свят приемат тази фина енергия и я прекарват от стомаха в дробовите си и от дробовите в своя мозък. Тъй щото, ако смляната храна в човека не мине от физическия в духовния свят и от духовния в Божествения, тя не е завършила своя пълен кръг на движение. Тогава ние казваме, че човек не се храни правилно.

Яденето е най-нисшият живот на мисълта. Не отделяйте процеса на яденето от процеса на мисълта! Не отделяйте процеса на дишането, както и на цялата ви нервна система от мисълта.

Не е достатъчно само да се нахрани човек и да мисли, че процесът е завършен. Той трябва да държи съзнанието си будно, докато целият процес в него се завърши.

Много от страданията на съвременните хора се дължат на неправилното хранене. Те ядат механически. Виждате, че един човек се храни, но в това време мисълта му е заета с други неща. Той яде без да мисли за храненето като процес,

който се извършва в организма. Той не мисли и за храната, която приема в стомаха си. Същевременно той не благодари за благо, което му се дава в момента. Следователно искате ли да бъдете здрави, мисълта ви трябва да присъства във време на храненето. Яжте и мислете за това, което ядете, яжте и благодарете, че има какво да ядете. Изобщо, здравият човек се отличава с непрерывност в процесите в него мисълта, дишането и храненето са непрерывно свързани. Като яде, той едновременно мисли и диша правилно, той яде бавно и съсредоточено. Разумният свят следи човека как се храни. Ако видят, че яде бързо, не дъвче добре храната, те имат особено мнение за него. Те знаят, че работите на този човек няма да вървят добре. Обаче, ако той яде бавно и добре дъвче храната си, те му помагат във всичките работи.

Като яде хляб и пие вода, човек прави това не само за себе си, но за всички живи същества. Така той обработва храната и я изпраща на мозъка, откъдето се разнася като енергия и мисъл по целия свят. Хората са нещо като фабрики, които обработват грубия, суров материал и така обработен го пращат през пространството в други светове като градивен материал. Съзнателно или несъзнателно човек работи на земята за съграждане на по-висок свят от физическия.

Казвате: „Светът не е устроен още“. Не е устроен светът, но за да се устрои, трябва да се работи! Ние сме фабриките, които трябва да работят, ние възприемаме материалите и ги даваме на Господа. Изядеш някоя кокошка, овца, агне това съставя частица от тебе, която отива за съграждане на света. От това гледище всички страдания ще се оправдаят. Всички в света сме страдали, но затова пък всички заедно ще живеем.

Част от благо, което човек е възприел чрез храната,

след като го преработи, да го изпрати като хубава мисъл в пространството.

Яденето е също процес на превръщане да превърнеш нисшето състояние на живата енергия във висше. С други думи казано: яденето е процес, при който живата потенциална енергия в природата казва на човека: „Ти ще ме приемеш в себе си като проводник и ще ме повдигнеш в по-висок свят; докато стане това, ти ще работиш дълго време върху мене. Щом ме обработиш, ще придобиеш здраве. Така ще се ползваме ти от мене, аз от тебе.“ Казвам: като превърнеш тази енергия в първа степен, ще получиш първия дар здравето. Като я превърнеш във втора степен, ще получиш втория дар щастieto. Като я превърнеш в трета степен, ще получиш третия дар блаженството.

Като ядеш, ще трансформираш енергията правилно, в тебе ще се явят дълбоки чувства, светли мисли и стремеж към прилагане. Това е плодът, който определя степента на твоята Любов. От проявата на Любовта съдят за твоята работа.

При всички окултни школи се е препоръчвала молитвата при ядене. Молитвата е най-висшата работа, това е връзка. Най-висшата разумна връзка става чрез молитвата. Молитвата, като придружава храненето, урегулира го.

Новият начин на хранене е да превърнеш всяка храна в най-чист вид, в специален продукт. Един адепт 100 грама ориз ще го подложи на един процес на пречистване и тогава ще го изяде. 24 часа ще се моли върху ориза, ще слезе една особена енергия и тогава ще го свари с особена вода и като хапне, той вече яде една храна, която носи живот. Само 100 грама ориз на ден, без нищо друго, без подправки.

Ако човек мисли, че само чрез храната, която употребява, може да внесе в себе си възвишен морал и чистота, той

се лъже. Има един закон, на който се основава правилното хранене и ако човек спазва този закон, той ще може да се ползва от храната, която употребява. Този закон гласи: човек може всичко да яде, но ако яде с Любов, съзнателно. Ако сложите пред един адепт кокошка, той може да я изяде, без да му повреди нещо, защото знае закона на превръщането на материята. Той ще я превърне първо в растителна материя, после в плодна и в този вид ще я изпрати в организма си.

Какво ли не ядат хората днес! И салами, и суджуци, пастърми, разни майонези, консерви, риби, храни, от които се разболяват хората, от нечистотиите се разболяват. И плодовете не са чак толкова чиста храна. Трябва да знаете как да ядете. Не може да се откажете от храната, но може преди да поемете една храна, да се помолите да не остава от това, което ядете, никаква нечистота в кръвта ви. Злото в света идва от яденето. За да бъде здрав човек, той трябва не само да знае как, какво и колко да яде, но и как да диша, как да мисли, как да се движи, как да спи, как да сяда, как да говори.

Човек, след като е приел един обяд, трябва да знае методите, чрез които да превърне в тялото си различните енергии, които е получил от храната.

Не е въпросът човек само да се нахрани, но той трябва да знае по какъв начин да отстрани тези отрови, които се отразяват вредно върху неговия организъм. На тези отрови се дължат разните болести и страдания.

Да изядеш нещо, трябва да знаеш законите, как да се чистиш.

И ако човек почне да мисли върху храната, която употребява, той ще се откаже от нея. Когато човек заколи едно теле, или една кокошка, той трябва да се моли така, че да не

останат от тях никакви нечистотии в кръвта му. Той трябва да подготвя тази кокошка, както и себе си, най-малко един месец за тази жертва, която ще му се даде. Така донякъде поне живеят напредналите хора в света.

Котка имам, която разбира: давам ѝ хляб яде го, дам ѝ друг не го яде. Щом тя не го яде, и аз не го ям. Понякоя път аз се смея с нея, вземам сиренце и този хляб, който не е яла, стискам го, стискам го със сиренцето и ѝ го дам тя го изяде. Казвам: „По-напред не го ядеше, а сега защо го ядеш?“ Казва: „Ти, като го постиска в ръката, измени неговото естество“. Права е тя. Онова, лошото в този хляб, като го стисках със сиренето, изкарах лошото навън.

Ако човек се храни правилно, във време на яденето той ще мисли за начина, по който храната е създадена, за съществата, които са взели участие в приготвянето ѝ. Мисли ли така, той ще се свърже с хората, които са приготвили храната и ще може да използва тяхната енергия. Фурнаджията, който меси хляб, внася част от своята енергия в него, орачът на нивата внася част от своята енергия в земята, и воденичарят внася част от своята енергия, макар и отрицателна. Той е бирник, който не носи добро. Камъните, с които се мели брашното, също така внасят част от своята отрицателна енергия в брашното.

Който се храни съзнателно, той ще знае начин как да възприеме добрите енергии, внесени в хляба, и как да се освободи от отрицателните енергии, останали в него. Който не разбира този закон, той ще приеме хляба с всичките енергии в него, добри и лоши, и ще усеща шума на воденичните камъни в стомаха си, а после в сърцето и в ума си. Ще срещнете този човек и ще го чувате по цял ден да се оплаква: „Кой е създал този лош свят! Всички хора са крадци и разбойници, обират държавата! Главата ми побеля от страдания! Остарях, всичко загубих. Никъде не мога да намеря мир: нито вън, нито

вътре. Отивам дома си, жена, деца, всички викат, само искат „дай-дай“ нищо друго не чувам. Легна си, и тук нямам мир: бълхи, дървеници, комари и те не ми дават покой!“ Казвам: този човек прилича на празна воденица. Питам: ако поставят този човек на мястото на Господа, ще може ли той да даде нов план за създаване на света? Може ли той да оправи света, но не само на думи, а на дела? Всеки, който критикува Бога, нека създаде нов свят без страдания и мъчнотии.

Като ти дойде някоя голяма неприятност, наяж се хубаво. Ако не се наядеш, работата не върви. Щом си неразположен, наяж се хубаво, понеже при едно неразположение излиза повече жлъчка, отрова, яж, за да влезе тази жлъчка в храната, да има храна. Ти тури на стомаха работа, че като влезе жлъчката, да има какво да работи. Имайте си по една ябълка в джоба. Щом се разгневите, изяжте я. Онези от вас, които обичате да се гневите, да се сърдите, носете си по две ябълки в джоба. Щом се разсърдиш ябълка или круша, или орех, яж каквото и да е. Счупи ореха, започни да дъвчеш. Ако сте учител в отделенията, щом две деца се разсърдят, веднага им дайте орехи. Но вие сте по-големи деца, трябва да носите ябълки.

Ако някой ден се почувствате нервен, много активен, изяжте две ябълки или круши. Някой може да намери, че ябълките, които е изял, са били малки, та трябва да си вземе още една. Малки или големи, законът действа еднакво. В случая силата не седи в големината, но в количеството, в числото 2 като принцип, който действа. Ако някой изяде една круша, тежка един килограм, а друг изяде две круши, които тежат четвърт килограм, последният може да извади от двете круши толкова енергия, колкото първият от едната круша.

Ако си неразположен, вземи една хубава круша, измий я и бавно я яж, с пожелание да ти даде една хубава мисъл. Ако не

помогне това, направи си хубав чай и глътка по глътка бавно го изпий, и ако и това не помогне, вземи една хубава книга, най-добре със свещено съдържание и започни да четеш. И за трите опита не бързай!

Когато разумният човек е гневен или неразположен духом, да не яде, докато не трансформира своето състояние, докато не възстанови своето равновесие. За неразумния човек се препоръчва обратното: когато неразумният човек е гневен и неразположен духом, нека се нахрани добре. По този начин той ще възстанови своето равновесие от енергиите, които ще получи от храната.

Лошите мисли внасят в храната отрова, гневът също. Като се разгневя човек, по-добре е да се нахрани хубаво, отколкото да е гладен. Храната е нещо като предпазно средство срещу отровата на гнева. Гневът отделя отровни сокове, които се отразяват зле върху празния стомах.

Стомахът спада към симпатичната нервна система, затова е магнетичен. Като знаете това, използвайте магнетичните сили на стомаха за смяна на човешките състояния. Ако видите, че някой човек е неразположен, дайте му нещо за ядене. Колкото и да е неразположен, щом се нахрани, неразположението му изчезва и той придобива енергия, импулс за работа. Остане ли човек гладен, той ще изгуби своята енергия и вдъхновението си.

Всяка мисъл и чувство от какъвто характер и да са, имат външен обект. Може да е някоя птица, животно, дърво, плод и др. важно е тази мисъл да се преобрази. Ще вземеш плода, на който отговаря отрицателната мисъл и ще го изядеш. Така ще се освободиш от онези мисли и чувства, които те измъчват.

По-хубава вилица от пръстите няма. От пръстите излиза такава енергия, каквато от златото и среброто не може да излезе, даже и от светлината не може да излезе такава енергия.

С двете ръце не можеш да възприемаш едновременно. Общо казано, от дясната се дава, от лявата се възприема. Ние сега с дясната вземаме, а с лявата даваме това е неправилно. Като приготвявате яденето, с дясната ръка ще слагате, като почнете да ядете, ще употребите лявата ръка. С лявата ръка ще ядете. Англосаксонците дават с дясната ръка, а приемат с лявата и се хранят с лявата, затова и работите им са по-добре уредени от нашите.

Съвременните хора, които изучават храненето, намират, че електричеството и магнетизмът приготвяват всичките болки в стомаха. Когато се набере много електричество в стомаха, свиват се капилярните съдове, храносмилането не става правилно и тогава се образуват болки. Някой път, вие сте чувствали, като седите и нещо ви прободне, бодне ви като с някоя игла, и вие подскочите. Ако идете при някой лекар, ще каже, че имате нещо неестествено, ще му даде някакво обяснение. Но аз просто изяснявам: тази болка, този боднеж, се дължи на това, че в известна област се събира повече електричество, отколкото трябва. Ако погледнеш, всяка клетка е обвита с електричество. Някой път туй електричество се съединява с външното електричество в туй съединение се образува туй бодване. Тия бодвания не са лоши. Образуват се искри, и те бодне нещо. Някой път бодажът може да е в крака, може да е в гърба. Стават такива бодажки.

Електричеството има един закон как да се уравни силите. В природата не обичат излишно електричество. Някой път може да имаш недоимък на електричество. Някой път сте много активни, дължи се на електричеството.

Някой път ви заболи корем. Турете ръцете си на корема,

концентрирайте се, ще се излекувате. Защото през ръцете има две течения: лявата страна е отрицателна, дясната е положителна. Следователно, като поставите ръцете, протича тази енергия.

Като ви заболи корем или стомах, сложете си лявата ръка върху него. После сложете и двете си ръце. При неправилното хранене се образуват отрицателни енергии, които се сгъстяват, става едно застояване, капилярните съдове се свиват, у вас се явява неестествена жажда и за студена вода, от която капилярните съдове се свиват още повече. Тогава се образуват коликите. Когато сложите ръцете си върху корема и концентрирате мисълта си, от тях потичат два тока и коликите минават. Турете лявата ръка отдолу, дясната отгоре. Изпийте една чаша топла вода, капилярите ще се отпуснат и кръвта свободно ще се задвижи по цялото тяло. Коликите са едно болезнено състояние, което не може всякога да се лекува по този начин.

Когато ви заболи корем, сложете ръцете си на болното място, подържте ги така и болката ще премине. Причината е, че в слънчевия възел се е събрала повече енергия и като турите ръцете си там, те са като два тока, които възприемат тази енергия, изразходват я и така болката минава. На всички части на тялото си може да си помогнете по този начин.

Ако ви боли корем или стомах, турете дясната си ръка на слънчевия възел, може и на стомаха, а лявата на кръста.

Щом усети човек тежест в стомаха си, да стане прав, да тури ръцете си на корема, дясната ръка върху лявата с палци един срещу друг и си каже: „Всичките ми работи са уредени!“

Ако ви боли стомахът, ще разтривате корена, основата на пръстите, да се лекувате. Ако ви болят гърдите, ще разт-

ривате средната част, а ако главата ви боли, ще разтривате крайната част на пръстите. Изкуство е да знаете как да разтривате тези места.

Който почне много да отслабва физически, да прави разтривки на стомаха си.

„Фир-фюр-фен Тау би аумен“ – ще ви дам тази песенчица, да се тонирате, няма мъка на душата, при която тя да не може да се тонира. Последната част на песента е най-силна. Когато някому е тежко нещо, например тежко му е на корема и иска да се лекува, с тази песен ще може. Тия вибрации ще поправят теченията във вас.

Всеки орган в човешкото тяло трябва да се координира с всички останали органи. Ако някой човек заболее от разстройство на корема, той трябва да знае коя е причината за това. Може да се дължи на две противоположни чувства, които са се сблъскали в него, тези чувства внасят нарушение в координацията на мускулите, или изобщо на органите. По закона на координацията, определено е човек да изминава дневно по три до десет километра път. Ако не изминава поне три километра, няма да се мине много време и природата ще наложи някакво наказание за нарушение на законите ѝ.

Бързото дишане, бързото ядене нарушават координацията на органите. Молитвата е един добър метод за координация на органите.

Когато човек съумее да координира своите органи, тогава може да приеме храната си направо от въздуха и направо от светлината.

Мазнини

Мозъкът има съотношение към тялото. Голям е мозъкът, но ако е много активен, ще замязаш на суха треска. Сух ще бъдеш с голям мозък, не можеш да бъдеш така разположен, да имаш много мазнини. Големият мозък е активен, той туря всичко в движение. Когато мозъкът е много активен, човек става сух. Човек, щом мисли, не може да бъде тлъст. Като мисли много хубаво, той не може да затлъстее. Ако иска човек да затлъстее – да престане да мисли. Колкото по-малко мислиш, толкова повече затлъстяваш.

Затлъстяването става и по друг закон: затлъстяването произтича от факта, че има понижение в дихателната система. Хората, които не дишат правилно, винаги затлъстяват. Хората, които не мислят, винаги затлъстяват. Щом не искаш да мислиш сериозно, турят ти известен товар. В замяна на твоята мисъл природата ще ти даде един товар. Ти ще мислиш. Мъчат се хората, когато не могат да разрешат известен въпрос. Запример не можете да разрешите въпроса защо сте сиромас, или не можете да разрешите въпроса защо не ви върви в живота. Има си причини защо не ви върви.

Колкото по-малко мислиш, толкова повече затлъстяваш. Ако не дишаш правилно, също ще затлъстееш.

Когато умът на човека работи повече от сърцето, силата е по-голяма. Когато сърцето работи повече от ума, гъстотата на материята е по-голяма. Тази е причината, поради която някои хора са слаби, сухи, а други – пълни.

Щом спрете процеса на вашата мисъл, усилва се процесът на вашето храносмилане. Ако човек спре да мисли, започва да яде усилено, тогава надебелява. Но при този процес се изразходва повече енергия, отколкото работата, която натрупаните клетки свършват. Човек не може да работи пълноценно.

Колкото повече работи стомахът, толкова по-малко работи мозъкът, и обратно.

Щом благоутробие то расте, умът не може да работи както трябва.

Досега не сте научили как да култивирате ума и сърцето си, вследствие на това във вас има глад и недоволство. Ядете по 45 пъти на ден, затлъстявате, пъшкате, не сте доволни. Такова затлъстяване става и в ума ви. Тази тлъстина трябва да се превърне в енергия. Забелязали ли сте, че хора, които работят усилено с ума си или се подвизават духовно, никога не затлъстяват? Следователно натрупате ли в себе си мас повече, отколкото трябва, сложете я в автомобила на духовния живот и вървете към реализиране на вашите благородни мечти и желания.

Любовта изключва всякаква лакомия. Малко ще ядеш, но сладко, със съзнание.

Ако не искаш да ядеш, ще се разболееш, ако много ядеш, ще затлъстееш. Ще ядеш толкова, че да се образува една мускулна тъкан, да се образува един отличен мозък и една отлична симпатична нервна система.

И дебелиите, и сухите тела са грозни, защото са крайности.

Човек не трябва да има гуша, не трябва да има слаб стомах и мускулите на лицето му да са хлътнали. Природата не обича скелети, дори камъните тя обвива с лишеи и мъх.

Божественото е главата на човека, духовното – гърдите, физическото – стомахът. Яденето е физическото, обличането е духовното, а мисленето е Божественото. Няма да оставите

физическото да изпъкне като бременна жена, грозно е да сте с благоутробие.

Ако приемете храна, която не може да се асимилира от стомаха, набират се такива енергии, които пораждат ред болести, а болестите са един метод на природата за лекуване на тези излишни енергии. Природата не търпи излишък. Малко храна, добре асимилирана, това е нужно на човека. Има ли излишък, има и натрупвания на мазнини. И тлъстината, и сухотата са излишък.

Хубави храни са тези, които най-лесно се смилат и от които остават най-малки излишъци. Човек, който се движи, не може да има излишъци. Човек, който не се движи, затлъстява, а то е абсолютно ненужен товар.

В пълноценното и хубаво ядене няма никакъв излишък. Щом имате излишъци, още не знаете как да ядете.

Яденето е потребно, но трябва да се образуват мускули, не мазнини. Лицето трябва да е изтъкано от фини мускули, които да изразяват фини мисли, чувства, добродетели. Затова трябва да се храни човек умерено и с доброкачествена храна.

Тези хора, които надебеляват, не са организирани – там е злото.

Да се оправи тялото ти, това е все едно да си в положение на чрезмерно натоварен кон. Ще се натовариш с мазнини, а не с мускули. Това претоварване ще предизвика известна деформация или в лицето, или в ръцете, или в краката. Това наричат надебеляване, напълняване. В този процес няма никакво организиране. Дето силите не са организирани, там работи известна енергия. Натрупването е физически процес – явява се излишна материя, която трябва да се обработи.

Азотът, който регулира силите на мисълта и живота, регулира всички други елементи. Ако у вас преобладава въглеродът, ще имате ламтеж към материални блага, към трупане във всяко отношение, благоутробие то ще изскочи, а това са отлагания, които носят ред болести, навред ще има излишъци. Пълните хора не издържат и в духовно отношение.

Ако човек е много лаком, у него се натрупват излишни вещества, които спъват правилното движение на артериалната и венозната кръв, явяват се оттам ред органически болести.

Ако човек е лаком, ще предаде тази лакомия на клетките си – те са малки същества, но и в тях се заражда лакомия. Ще ги възпитаващ на въздържание.

Тлъстината се дължи на неправилно възпитание на човешките клетки. В тях е внесена идеята, че трябва да си доставят храна и за утрешния ден. Вследствие на това тяхно разбиране, те си доставят храна за няколко дни. Това са тлъстините. Ще убедите клетките си, че нямате нужда да трупате храна от днес за утре.

Когато кръвта минава през клетките на организма, всяка клетка задържа от нея само толкова, колкото ѝ е необходимо, а излишната част от кръвта остава да върви нататък из организма, да продължава своя път. Клетките нямат хамбар, в който да складират излишъка от храната. Хамбарите в човешкия организъм са страшни.

Колкото повече тлъстини има човек, толкова повече страдания го чакат.

Тия мазнини спъват силите, които влизат в мозъка през нервната система. Много от болките, които усещате в кра-

ка, в гърба, се дължат на това, че енергиите, които минават от мозъка през дванадесетте нервни двойки на гръбначния стълб, тия канали, през които минава нервната енергия, се подпушват с известни мазнини – тогава не минава достатъчно енергия, не се изпраща достатъчно кръв и тази част, дето се подпушва, заболява. Понякоя път заболява коляното, понякоя път гръбначният стълб, понякоя път долната част на крака или хълбокът, или слабините, раменете и т.н. Животните, които знаят този закон, често се излагат на слънце. Като станеш сутрин, трябва половин час да се попечеш, да се стопят тия мазнини от гърба ти.

Ония, които почват да дебелеят, да носят памучни дрехи – ризи, бельо, чорапи, а ония, които са слаби, електрични, да носят вълнени дрехи, за да придобият магнетизъм.

Щом дебелеете – обикновен човек сте, щом растете – талантлив сте, щом се движите – гениален сте, щом хвърчите – светия сте.

Има една мярка, която определя колко пълен може да бъде човек. Аз измервам височината и дебелината на човека и от тези мерки определям колко време може да живее той. Ако е висок 165 см, а широчината на врата е над 40 см, той ще умре от апоплексия. И обратно, ако е висок над 180 см, а вратът му няма даже 30 см широчина, той ще заболее от туберкулоза. Обаче разумният човек, като работи върху себе си, може да намали или увеличи широчината на врата според нормалната мярка. От човека зависи да удължи своя живот или да го съкрати.

Щом коремът е по-широк от рамената, вие сте в едно аномално състояние. Или другояче казано: два пъти ако премерите шията си, трябва да получите размера на вашия кръст. Колко трябва да бъде вратът дебел? Два пъти мярката на ръката при китката – това трябва да бъде мярката на шията.

Някъде ръцете са по-дебели от врата. Несъвместимо е това! Два пъти мярката на врата е нормата на кръста. И когато е два пъти, това е нормалният размер на врата; и ръката е два пъти размера на врата. И ако вратът е тънък и ръката – по-дебела, тогава шията е по-тънка от тази мярка. Някъде шията е по-дебела, а ръцете – по-тънки. Два пъти ръката е мярката на шията. Относително мерене има. Тогава, значи, двете ръце могат да помагат на врата. Щом ръцете са по-дебели от врата, тогава ръцете не могат да помагат на врата.

Когато момъкът се жени за някоя суха мома, да знае, че няма да излезе нищо. Аналогично е същото и в духовния свят. Хора, които са много сухи, нямат онова възвишено духовно разбиране, не са от Божествения свят по простата причина, че съдържат много киселини, от които се проявява чрезмерна активност. А пълните са като основи. Сухите са активни, а пълните – пасивни. Светът обаче не е създаден само от основи или от киселини, а има и нещо средно: това са децата.

Който употребява водни храни, лесно затлъстява. За да дойде в нормалното си състояние, той трябва да яде повече кисели храни, после сладки и след това да употребява в малко количество вода, главно водни храни.

Тези, които затлъстяват, имат излишна влага в себе си. Щом в човека има повече вода, образува се езеро, а щом се образува езеро, ще дойдат много животни да живеят там.

Някои хора стават щастливи при влажно време, а някой става щастлив при сухо време. Щастливите при влажното време, те са от рибите. А тези, които са щастливи при сухото време, те са от птиците. Външната атмосфера влияе, въздухът, водата имат известно влияние върху настроението. Влагата има известно влияние върху капилярните съдове.

Водата изобщо способства за правилното функциониране на електричеството. Някой път електричеството функционира толкоз силно, че изчиства. Човек от електричеството става много тъмен, сух. Ако не измени това, той може да стане толкоз деликатен, така да се изопнат неговите нерви, че да не може да издържа окръжаващата среда. А понякоя път тези течения могат да бъдат толкоз слаби, че магнетизмът да вземе надмощие върху човека и тогава той може да затлъстее – водните вещества да се увеличат в него. Тогава и малко да яде, пак ще тлъстее.

Който много яде масло и мазнини, затлъстява. Който яде месо, развива мускулите, който яде тестени работи, придобива чист, ясен поглед.

Който не знае да пее, той затлъстява. За да се избавиш от психическо затлъстяване, трябва да пееш.

Докато не се смъкне коремчето и всички тлъстини, не може да сте здрави.

Всички излишни тлъстини трябва да се премахнат и да се заместят със здрави мускули.

За да не затлъстявате, яжте по-малко, няма защо да се стягате в корсет. Сега ядете 3 пъти на ден, опитайте се един път да ядете и ще видите как ще развиете в себе си благородни черти.

Ако имате повече материя, отколкото ви е необходимо, ще заболее, затова гледайте на всяка цена да я понамалите.

Надебеляването е кал, от която трябва на всяка цена да се очистите.

Всеки позатлъстял човек трябва да пости един-два пъти в седмицата.

Голям ти е коремът – малко пост е наложително да се прави – една ябълка, една круша и една филийка хляб на ден. Така три месеца ще се храниш. Много големият корем е една опасност, но и много хлътналият корем е друга опасност.

Ако коремът е много голям, ще си наложите пост, за да възстановите нормалното си положение.

Ако не ядеш три дни и не пиеш никак вода, ще отслабнеш.

Един човек, който не може да пости 40 дни, не е още силен, не е господар на тялото си. Силен е онзи, който изобщо по-малко се храни. Имаш ли доста мазнини в тялото, ще постиш и ще се молиш, но трябва да знаеш как да изговаряш думите си. Всяка дума е динамическа сила. И ако една дума я употребиш на място, тя ще извърши много неща.

Чрез постенето човек може да смъкне тлъстините си, но не и да придобие някаква дарба. Постът усилва волята, но дарби не развива, с него човек разбира, че не се умира от глад. Да яде човек много, това е наследено.

Някой е пълен, пости за да отслабне, но после пак напълнее. Значи постът не разрешава въпросите. Постът е да споделиш излишното със своите близки. Ще споделиш не само материалните си блага, но и своите мисли и чувства. На какво се дължи затлъстяването? На егоистичния живот. На какво се дължи изсушаването? На егоистичния живот. Бог наказва човека по два начина: чрез затлъстяване и чрез изсушаване. Щом почнеш да изпълняващ Волята Божия, ще се оправиш, нито дебел, нито сух, а в състояние на една умерена, разумна активност.

Вие, като ученици, трябва да изучавате своя организъм, да знаете как ви се отразяват различните храни. Не знаете ли това, някои същества, които искат да ви спънат, ще ви накарат да ядете несъответна храна за вашия организъм, която стомахът ви няма да смели добре, вследствие на което около нервната система ще се натрупат утайки от полуорганична материя. Тези утайки ще намалят умствената енергия, необходима за правилното мислене, а неправилното мислене намалява светлината на съзнанието. Мнозина не забелязват този процес в себе си. Обаче, забележи ли някой тази промяна в състоянието си, той веднага трябва да възстанови нарушението в своята нервна система. Като метод за почистване на нервната система служи постът. Който иска да прочисти своята нервна система, той трябва да пости поне четири пъти в месеца.

За да се освободи от тлъстините си, човек трябва да има естествени мисли, чувства и желания. Всичко пресилено, всичко неестествено води до затлъстяване.

ПОСТ

Защо постим

Христос е постил 40 дена. Той е бил силен човек.

Наскоро преглеждах една статистика, кой колко време може да пости. Птиците могат да издържат пост от 1012 дена, след 12-дневен пост те умират. Обикновеният човек може да пости 20 дена, след което умира. Костенурката пости 500 дена, змията – 800. Има риби, които могат да прекарват пост, да седят гладни и до 1 000 дена. Учените хора са намерили,

че когато едно тяло изгуби половината от своята тежест, то умира, т.е. разрушава се. Следователно дойде ли до това положение, да изгуби половината от теглото си, човек е осъден вече на смърт. Такъв е законът за поста.

Ако една дървеница може да пости по 6 месеца, защо човек да не може поне 3 дена да пости?

Посети ме една жена, на която не ѝ бе провървяло в живота и изпитваше влечение към самоубийство. Казах ѝ: вместо да се хвърля от канарата, да пости няколко седмици. Тя почна да се смее, но като пости няколко седмици, научи нещо, животът ѝ стана мил, мина ѝ обезсърчението и изгуби желание да се самоубива.

Чрез поста човек усилва волята си и се освобождава от страха, че ще умре от глад.

Като постиш, ти ще разбереш, че можеш да минаваш и с по-малко храна, а някога – и съвсем без храна. Според мене, сегашните културни хора ядат много. Какво ли не ядат те! Кокошки, агнета, прасета, пуйки, какво ли още не! Христос дойде на земята да ни научи как да ядем и колко да ядем. На земята още не си се научил да живееш както трябва, а мислиш, че като отидеш на небето, там ще научиш всичко. На земята ти си в основното училище, не си научил четирите аритметически действия, а мислиш, че ще влезеш направо в университета да изучаваш висша математика. Това е невъзможно! Като постиш, ти ще научиш великия закон, според който малкото се благославя при известни условия. Закон е: с малко енергия, но разумно използвана, можем да придобием повече, отколкото с много енергия, неразумно използвана.

Вие сами се плашите. Казвате: „Ще умрем гладни“. Казваш истината – всичките хора все от глад умират. И сиромаси,

и богати все от глад умират. Богатият, при всичкото имане, умира от глад, не може да яде. Но хората не умират от глад. То е заблуждение. От глад хората оживяват, ако знаят как да гладуват. Умират от незнание как да гладуват. И от ядене хората умират, защото не знаят как да ядат. В яденето има едно благо.

Днес повечето хора умират от преяждане, отколкото от гладуване.

Казват, че хората умирали от глад. Човек от глад не може да умре никога. То е немислимо!

Гладът възпитава – затова Господ дава от време-навреме гладни години, да се опразнят малко стомасите на хората.

Гладът идва, за да накара хората да бъдат добри. Когато гладува и жадува, тогава човек може да придобие онова възвишеното и благородното. Казвате: „Защо Господ ми е дал този глад?“ Гладът е онази мощна сила, която те кара да придобиваш благородното и възвишеното.

Човек, за да стане светия, трябва да гладува. В яденето е всичкото ви нещастие. Ако хората знаеха как да гладуват, щяха да благуват.

Ако искате да изпълните всички ваши задължения, да премахнете всички нещастия, постете 5101520 дни, но ако сърцето и умът ви подсказат това. В известен момент на живота, когато трябва да усилим нашата воля и да я съединим с Волята Божия, трябва да постим.

Опитайте да видите колко дни може да постите.

Подложете се на 10-дневен пост, абсолютен глад и ако

издържите този пост с радост – значи сте здрави, ако не го издържите, ще се подложите още един път на пост, докато оздравеете. При това няма да се излежавате, а ще работите през цялото време.

Трябва да знаете, че ако човек не е в състояние да обикне глада, няма правилно отношение към нещата. Този закон е верен в следното: ти се радвай, че един ден не си ял, защото като започнеш да ядеш, ще имаш приятно разположение. Онзи, който е гладувал 3 дена, ще яде по-сладко от онзи, който е гладувал един ден. Един ден който е гладувал, ще бъде един ден щастлив, който е гладувал 2 дена, ще бъде 2 дена щастлив, който е гладувал 3 дена, ще бъде 3 дена щастлив. Кой ще бъде по-щастлив? Който 10 дена е гладувал, 10 дена ще бъде щастлив.

Щастието на човека зависи от онова вътрешно противоречие. Ако ти не си могъл да претърпиш едно голямо противоречие в света, само за един ден си го задържал. Ти можеш да кажеш, че един ден ще бъдеш щастлив. А пък вие един ден сте били нещастни и очаквате 10 дена щастие. Обратното – мислиш, че един ден си бил щастлив, а 10 дена ще бъдеш нещастен. И това не е вярно. Един ден нещастие, един ден щастие. Защото когато в дадения случай ти си нещастен, друг на твоето място е щастлив. Когато ти си щастлив, то друг на твоето място е нещастен. То е разбиране. Ако разбираш, ти си щастлив, ако не разбираш, ти си нещастен.

Запример преследват някой човек за идеите му, затварят го и му казват: „Ако не се откажеш от идеите си, ще те оставим да умреш гладен“. Силният, който разбира дълбокия смисъл на яденето, ще каже: „Гладен ще умра, но от идеите си не се отказвам!“ И наистина този човек издържа пред глада. С 80-дневен пост един ирландец направи това, което Гладстон с волята си не можа да направи. След 80-дневния пост на този ирландец Англия се изпълни с ангели, със светли и разумни същества, които издъно разклатиха умовете

на англичаните, като им казаха: „Или ще дадете свобода на ирландците, или ще понесете последствията на вашето упорство“. Англичаните са умни хора. Като разбраха този закон, те веднага отстъпиха и дадоха свобода на Ирландия. Който не разбира тия неща, той ги обяснява по свой начин, обаче това показва, че разумни закони действат в света.

Не е добре да се пости безразборно. Ако постът има за цел да усили вярата, има смисъл. Не да пости човек, за да икономисва, да стане богат – този пост не е на мястото си. Не измъчвайте тялото си! Някой яде много, измъчва тялото си, И това не е намясто.

Лакомията е нещо престъпно, но и прекаленото въздържание от храна е престъпно. Ще ядете толкова, колкото ви е потребно. Не съм за това да измъчвате тялото си. Постът е метод за уякване на волята. Пост, който отслабва тялото, отслабва сърцето, отслабва ума, не е намясто.

Тялото не бива по никой начин да се изтощава, както са правили постниците. Постът да е умерен, да се премахнат излишните натрупани вещества.

Постът е за болни, за грешни хора, а не за здрави и праведни. Само болният човек се лекува чрез пост. Здравият трябва да яде без да преяжда. Щом преяде, той е нарушил законите на правилното хранене, заради което трябва да пости.

Ако си болен, ще постиш, то е необходимо за тебе, но ако си здрав, ще ядеш и ще се веселиш, и ще благодариш на Бога за всичко.

Постът трябва да става не всякога. Когато човек иска да пречисти своя организъм, или има хронически болести, които с нищо не се церят, един дълъг пост може да употребиш за лекуване. Постът е за две неща: да се усили твоята воля, да

се усилят твоите чувства и да се избавим от ония, ненужните вещества. Затуй, ако човек пости ден, 231015 дена, ще започне да усеща разположение. Даже към 30-ия ден ще започне да се балансира, но като дойде до 40-ия ден, трябва да се върне, защото, ако пости повече, ще замине за другия свят.

Някои постят, за да си изкупят греховете. С пост грехове не се прощават, нито изкупват; постът е само за усилване.

Постът се употребява за обновяване на организма. Той е един метод за подмладяване.

Пълният пост подмладява човека. Ако гладуваш сегиз-тогиз през годината, ще се подмладиш. Подмладяват се клетките.

Ето един метод за подмладяване: да не преяждате и да прекарвате известно време в пълен пост. Пълният пост подмладява и ако гладуваш определено време през годината, ще се подмладиш, защото се обновяват клетките. Досега съм ви давал пост за пречистване, още не съм ви дал пост за подмладяване. При сегашните условия човек не може да се подмлади без пост.

Постенето е начин за обновление на човешкия организъм. Главната идея в поста е да събуди скритата енергия в клетките и да обнови организма. Но трябва да се работи по-разумно. В поста се върви последователно. Има известни закони, които трябва да се спазват. Ако ти си определиш пост, без да знаеш защо ти е, той не е полезен.

Когато човек забележи в себе си някоя отрицателна черта, лошо чувство или някаква тежест, може да пости няколко дни с цел да се освободи от тези неща.

Щом дяволът ви е вързал, ще постите. Ако не постите, не може да се освободите от въжетата на дявола.

Усетите ли някакво аномално състояние на организма си, прекарайте един-два дни на пост, пийте повече гореща вода, дишайте въздух и се излагайте на светлина.

По-добре е да постите, отколкото да ядете нещо, което не ви е приятно. Ще постите, за да уякчите здравето си и да повишите вибрациите на своя живот.

Отвреме-навреме човек трябва да се подлага доброволно на глад. Гладът усилва организма, има смисъл да се гладува, но не и да се измъчва човек и да прекалява. В нищо да не се прекалява.

Мнозина правят опити да не ядат, повече да постят. Но постът има съвсем друго предназначение. Постът е наука за правилно хранене. Като пости, човек има предвид да даде почивка на стомаха си. В стомаха има 10 милиона работници, които работят за храносмилането.

Задължително човек трябва да пости поне един ден в месеца, да даде почивка на стомаха си.

Стомашната област има отношение към симпатичната нервна система, тя не трябва да се натрупва с чужди излишни вещества. Ако стане това, ще си наложите пост да възстановите нормалното положение. Постът трябва да бъде умерен, разумен, докато махнете излишните мазнини и утайки.

Който иска да пречисти своята нервна система, трябва да пости поне четири пъти в месеца. Да знаеш как да постиш, колко време да постиш и кога да постиш, това е цяла наука. Пречистиш ли нервната си система, ти придобиваш в съзнанието си повече светлинна енергия.

Остави болния да гладува, за да събудиш в него подтик за живот. Така той по-скоро ще оздравее, отколкото ако яде.

Болният трябва да яде много малко. Десет-петнадесет дни да пости, ще бъде чудесно. Нека отслабне, нека се изтощи – туй вещество, туй натрупване, което има, не му е потребно. Всяка болест е смяна в тялото – трябва да се сменят известни застояли неща в организма. Непотребното нека си отиде.

Най-мъчно се лекуват волевите движения, затова стомахът трябва да се държи в изправност. Съветвам ви да постиете, като пиете само гореща вода 23 дни. След тези 23 дни ще ядете умерено, малко, не давайте на стомаха си мъчносмилаема храна.

За да се освободи от киселините в стомаха си, човек трябва да го промие няколко пъти с топла вода, ако това не помогне, нека пости 23 дни. Постът пречиства стомаха, освобождава го от излишните киселини.

Според мене болестите се дължат на едни малки животинки, загнездили се в организма на човека, бързо се умножават, ядат и пият за сметка на човека и оставят изверженията си там. Човек дори от вонята им само се разболява. Изпъдете ги навън, да вървят по широкия път, кажете им да си излизат, да не ви тровят, не им давайте да ядат! След като постят 1520 дни, те няма да се размножават.

Когато се появи някаква рана в организма, добре е човек да се подложи на абсолютен пост няколко дни.

Имате ли висока температура, няма да ядете нищо, за да може да излязат всички отрови. Прозорците да са отворени, да влиза чист въздух и светлина, малко ще спите, умът да е буден. Ще се молите.

Не храни треската! Треската я е страх от глада, затова гладуването е ефикасен начин за лекуване.

Лекарят е едно разумно същество вътре в тебе. Когато едно животно се разболее, веднага се лекува. Кучето, ако има голяма рана, счупен крак, ще пости 789 дена, ще оздравее костта и тогава започва по малко да яде. В постенето по-лесно става заздравяването, отколкото ако яде. Питам: откъде знае кучето това? Нас може да ни учат, даже нас като ни учат как да се лекуваме, пак не знаем.

Във време на пост горенето в организма е по-силно, вследствие на което става изгаряне на всички вещества, които са причина за различни болести, неразположения и недоволства.

Гладът пречиства тялото, порите се отварят и дишането става все по-дълбоко. Гладът внася повече светлина в ума. Още от старо време хората са се лекували чрез глад.

Ревматизма може да го лекувате с пълен пост – въздържане от храна и лоши мисли, да забравите външния свят; ще се молите да излязат тези духове.

Веднъж дойде при мене един младеж и ми разправи, че се разболял от неизлечима болест, бил на умиране, попада му една книжка за лекуване с глад, почва да гладува; разказа ми за опитността, която е имал първия ден, втория и така до 22-ия ден, и резултатът бил, че болестта изчезнала. Този човек е приложил поста 22 дни с вяра в своя ум и своето сърце.

Захлъхват ви ушите – постете 5610 дни. Ако заглушаването не престане, постете 15 дни и повече, докато мине всичко. Ако изгубите зрението си – постете 40 дни, посветени на Любавта и Мъдростта, прекарани в пост и молитва – тогава няма недъг в човешкия организъм, който да не се подчини.

Онези болести, които не се поддават на никакво лекуване, като проказа, сифилис и прочее може с 30-35 дневен пост да се пречистят и да не остане нищо от тези болести. Гладът ще развие динамическа сила, така ще се спасите от тях.

С пост можете много болести да лекувате. Ракът може да се лекува също с пост – 40 дни пост, проказата – 40 дни пост – абсолютен глад. Като се подложите на 40 дни абсолютен пост, няма да мислите, ще се излекувате ли. Ще се излекувате! – това да е основната ви мисъл.

Казвам: за вбъдеще всичките лоши болести с пост може да ги лекувате – 10152040 дена като постиш, нищо няма да остане от тях. Казвате: „Как да церим рака?“ 40 дена пост. Как да церим проказата? 40 дена пост, глад.

Как да постим

След като постиш, няма да мислиш дали ще се излекуваш – ще се излекуваш, защо не?

Човек трябва да има воля. Охтиката, която не се поддава на лечение, може да се излекува, само че човек трябва да бъде волев, за да преодолее болестта. Ако го е страх, ще умре. Ти, ако постиш със страх, не пости. Ти, като постиш, трябва да имаш вяра. Вярата е положителен елемент.

Ако си болен, 3 дни няма да ядеш, но може да не ядеш и един месец. Има болести, които не се поддават на никакво лекуване, а се лекуват само с глад. Когато се лекуват с глад, не бива да се тревожиш, защото ще се влоши състоянието. Тялото на човека трябва да се пречисти, да мине през огън, затова е постът.

Хората съкращават живота си повече от преяждане, откол-

кото от недояждане. Има болести, които се лекуват с глад. Обаче не всякога гладът е намясто. Някога гладът се отразява добре и върху здравите, но когато той се явява като вътрешен подтик. Някой съзнателно се подлага на глад, но се плаши и прекратява гладуването. Тогава се явява в организма му известна отрова. Знай, че и с малко храна може да се прекара. Гладът е вътрешен подтик в човека, който го укрепва и обновява. Ако гладуваш със страх и съмнение, гладът произвежда обратна реакция.

Постът трябва да се взима в много широк смисъл – умствен пост, духовен и физически.

Има смисъл да пости човек, но ако може да пречисти мислите и чувствата си. Не постигне ли това, постът няма смисъл.

Да постиш, значи да се въздържаш от лоши мисли и чувства – този пост крие в себе си магическа сила.

Постът е метод, чрез който човек разрешава велики и трудни задачи. Ще постиш не един, а 40 дни, през което време ще чистиш ума, сърцето и волята си – да не оставиш нищо нечисто в себе си.

Някой постил 10 дни и мисли, че е направил нещо. Не ял печена кокошка и не пил вино – какъв пост е това? Като започнеш поста, ще вземеш старите тефтери и всеки ден ще заличаваш по нещо – ще простиш на всички хора. Ще постиш и ще се молиш!

През време на пост нищо абсолютно няма да ядете и пиете, ще се храните с възвишени мисли и чувства, ще простите всичко на всичките си врагове.

Четете Исаиа и ще видите какво нещо е пост: метод за

създаване на нов човек. Когато постиш, създай в себе си нов човек – благороден и добър. Ти силно мразиш един човек – пости един ден и през този ден ще му простиш. Ако постиш всяка седмица по един ден, то за 52 седмици ще простиш на петдесет и двама души от сърце.

Да не окалваш езика си с нечисти думи, това е пост. Да не окалваш ума си и мозъка си с лоши мисли, това е пост. Да не окалваш сърцето си с лоши чувства и волята си с лоши постъпки – това е пост. Предназначението на поста е да не окалваш ума, сърцето, душата и духа си, и тялото си. Има една кал, която се образува от човешките мисли или от чувствата, или от постъпките. Ужасна е тази кал!

Вашият пост, който го правите, никакъв пост не е. Ще постиш във всички направления, а не само да не ядете. Постиш ли, това значи да не поемаш храна, или да поемаш само вода, или само жито и вода, ще се молиш, за никого лошо да не мислиш, ще си благ, снисходителен, толерантен, няма да се дразниш от никого, няма да чуваш лоши приказки, ще избягваш това, ще се радваш как хората ядат, само хубави мисли и благородни чувства ще прашаш на другите, ще си миеш често лицето, устата, ръцете, краката, да си свеж и жизнерадостен, че никой отвънка да не разбере, че постиш, пък и ти никому няма да казваш, че постиш!

Важното е с поста да се постигне сила, здраве, а не да се хвалите и надпреварвате кой повече дни може да пости. Човек, който е постил 10 дни, може да направи много работи; който е постил 20 дни, ще се освободи от много заблуждения.

Ако човек знае как да пости, с един ден пост може да свърши работа, а ако не знае как да пости, и с 40 дни пост не може да се промени.

Ако не вършиш Волята Божия, и 20 дни да постиш, нищо

няма да те ползва. Но ако постиш 10 дни и всеки ден носиш своето ядене, определено за този ден, на бедни хора, такъв пост може да ти помогне. Или ако постиш, за да очистиш един недъг в себе си или пък да придобиеш разположение на душата си, да пречистиш мислите и чувствата си, разбирам такъв пост.

Според мене 24-часов пост съзнателен се равнява на 10 дни механически пост. Някои твърдят, че клетките на тялото се обновяват в продължение на три месеца, според други – в продължение на седем години. Аз мисля, че в 24-часов абсолютен пост, без вода и храна, чисти и светли мисли, благородни чувства, молитвени часове, клетките на тялото могат напълно да се обновят, като през време на поста бъдем весели и никакви отрицателни неща не ни занимават и смущават. Числото 24 е добро и хармонично, то съответства на обръщането на земята около оста ѝ. Минат ли тези 24 часа, хапнете си нещо мъничко и леко, и благодарете на Бога. Числото 24 ще ви постави в хармония със земята.

Ако решите да постите, може да почнете поста, когато сте във възходяща степен на духа си.

Преди да започнете пост, трябва да вземете очистително, да се пречисти добре стомахът.

Трябва да се спазва времето, трябва да се спазват дните, когато ще се пости. Ако започнете вашия пост в понеделник, ще имате един резултат, ако го започнете във вторник, ще имате друг резултат, ако е в сряда, четвъртък, петък, събота, неделя – различни резултати. При това, като започнете поста от сутринта, от обед или вечерта, пак ще имате различни резултати.

Когато искаш да се оправиш с един недъг, с един порок, почни пост на разсип на луна. А когато искаш да придобиеш

някоя добродетел, нещо положително в себе си, почни поста на нова луна.

Поста правете в последния петък преди новолуние и така всеки месец по веднъж. Хубаво е да се прави пост, когато се разсипва месечината, в нейната последна четвъртина. При първия месец постът ще трае 24 часа, във втория месец – 36 часа, а в третия месец – 40 часа, като през четвъртия месец сами ще си определите дълготраенето на поста. През второто и третото четиримесечие постът да се направи по същия ред.

В петъчен ден няма да готвите и да ядете готвено. Може само хлябец с малко маслини или хлябец с малко плод. Може да изберете един от петъците в месеца, в който нищо да не ядете. Ако някому се наложи, че не може да пости един петък, тогава следващия месец ще пости два петъка. Никому няма да съобщавате кога ще постиите или кога постиите или сте постили. Някои от вас, които могат, нека постият 40 часа, но най-малко 24 часа пълни. Всеки да пости! Един ден в месеца никак не е много. Това са колко петъци в годината?

Деветия ден на месеца ще го посветите целия на Господа. Този ден ще се храните с плодове.

Дължината на поста ще определяте според разположението. Минал ли 24 часа, яде ли ви се – яжте. Не ви ли се яде, постете до 36 часа.

Когато организмът трябва да поеме храна, природата ще тури в него един силен подтик за ядене и ще му каже: ще ядеш по-малко, може по-често, но мъничко храна ще вземаш през 45 часа. Щом нямаш апетит, тогава природата ще ти каже: „Не яж!“ Всяко нещо трябва да става на времето си.

С пост и молитва ще се лекувате от болестите и недъзите.

Но ако сте разположени, може по-дълго да постите, не сте ли, чувствате ли се изтощени, ще престанете да постите.

При поста се явяват ред реакции – това да не ви плаши.

По време на поста можеш да пиеш вода и то само гореща, можеш да пиеш сок от портокали в малки количества, а не с чаши, за да подобриш стомаха си. Ще постиш и ще дишаш. От тези, дето постят, излиза от устата им лоша миризма, това е така, защото каналите са пълни с нечистота, затова е наложително от време-навреме да се пости.

Когато човек пости, от устата му излиза неприятна миризма. Ще пости дотогава, докато от стомаха не почне да излиза приятна миризма. Устата и стомахът трябва да са чисти.

За да възстановиш хармонията на стомаха си, една седмица няма да ядеш нищо и ще благодариш. След една седмица стомахът ти ще бъде здрав. После ще можеш първата седмица да употребяваш чиста чорбица от ябълки. На втората седмица чорбица от жито, а на третата – малко твърда храна. Това прилагат и лекарите навсякъде. Какво представлява диетата? Нищо друго, освен спазване известен режим в храненето.

На болни препоръчвам поне 23 дни глад, а след това може да хапне малко чорбица от сливи (23 лъжички), след няколко часа пак, но с малко хляб. Като се позасили болният, ще му дам една хубава ябълка с кората, добре да я сдъвче заедно с нея, за да поеме всичките ѝ сокове, и чак след това ще пристъпи към обикновената храна.

След дълъг пост, при отпостването ще се захраните първо с една четвъртинка от едно гроздено зърно, поемате лека и течна храна, докато дойдете до твърда и най-после ще се храните с обикновената си храна – след около две седмици.

След поста колкото се може по-дълго време употребявайте еднообразна храна, която изисква малко сила за храносмилането, за да не се възбужда във вас апетита, за да може да се развиват дробовете, да можете да приемате повече прана от въздуха и от водата, и да изваждате повече сокове от храната, отколкото сега.

Когато нямате нищо за ядене, ще погледнете небето над себе си, ще поемете чист въздух и ще се лекувате с него. Най-хубавата храна се заключава в хубавите мисли. Дълбоко дишане и чисти мисли, какво по-хубаво от това?

И да гладувате, като дишате съзнателно, чрез въздуха може да възприемате достатъчно количество хранителна енергия. Човек може да се нахрани само с Любов. Тази Любов ще ми-не първо през въздуха, а въздухът е в състояние да направи всичко в човека и да даде права мисъл. Тази права мисъл ще я проектирате до един човек, който е гладувал няколко дни – той ще се насити.

Хранителни диети

Какво да яде болният? Малко препечен хляб на огъня, лека зеленчукова супица и компот.

Опитвали ли сте да знаете дали сухият и препечен хляб дава всички необходими елементи за здравето? Ако дойде някой болен при мене, няма да му нареждам какво да яде и какво да не яде, ще му кажа само да пости, да гладува 4 дни, после ще му кажа да яде варено жито, да пие житена вода, да яде печен праз лук и печен кромид лук, печени ябълки или круши, да яде варени череша с малко хлябец, изобщо да яде малко, да не преяжда.

Каквато е храната на човека, такава ще бъде и кръвта му. Каквато е кръвта му, такава ще е и мисълта му. Има режими, чрез които човек може да си въздейства не само лечебно, но да възпита и някои качества в себе си.

Ако искаш да измениш характера си, ще измениш храната си. Ако се храниш един месец само с череши, един месец само с ябълки, сливи, картофи, жито, ориз, грах, или само с гулии, или с боб, или с грозде, ще видиш какво различно влияние ще окажат тези храни върху теб. Всички тези храни имат различно влияние. Всеки плод или зеленчук има особени качества, които се предават на човека. Плодовете знаят по-добре да хванат силите, които идват от слънцето, да ги приготвят, да ги обработят за хората.

Един опит: раздели годината на четири части по три месеци, през всяко годишно време се храни по един месец изключително само с плодове, чай, жито, картофи, варени със сол, ошав и хляб – нищо повече. Никакъв зехтин, никакви мазнини, никакви млечни продукти! През пролетта изберете си някакъв плод, който повече да ядете и следете резултатите. Същия опит може да направите и през лятото, есента и зимата.

Сега да се върнем към онова, което е потребно за вашето здраве. Боли те главата – не знаеш как да ядеш. Болят те дробовете – не знаеш как да дишаш. Смущава се умът ти – не знаеш как да мислиш. Тогава свари си малко оризена водица и цяла седмица вземай сутрин 3 супени лъжици, на обяд и вечер по 3 супени лъжици, общо 9 лъжици. Вземай така една седмица. Втората седмица ще вземеш едно кило грах, ще го свариш хубаво, ще направиш чорба и тогава ще вземаш 10 лъжици грашена чорбица сутрин, 10 на обяд и 10 вечер – доколкото стигне. Цялата седмица продължава една диета, докато дойдеш до хляба най-последно.

Искаш да се научиш как да ядеш! Ще вземеш брашно, ще си месиш хляб, ще си вземеш нощвите, ще си месиш вкъщи.

Ще повикате някой, който знае да меси. Сами ще си замесите, ще си направите пещ, сами ще турите хляба, ще го опечете и цяла седмица ще се храните с хляб, който вие сте месили, за да се възстанови вашето нормално състояние. То ще ви избави. Това е новата хигиена.

За един месец е много хубаво да се приложи следната диета: сутрин – варени картофи и хляб, на обяд – половин килограм грозде и четвърт хляб, вечер – картофена супа и хляб.

За сърцето и за укрепване на организма до 10 дни по 2 лимона и по 150 грама мед на ден, един час след ядене, може и на два пъти. Лимоните са най-чистата храна, те не оставят никаква утайка в организма.

За 10 дни може да ядем по един лимон на ден, като прекратим за няколко дни, пак можем да повторим 10 дни по половин лимон.

Портокалите освен витамините имат и органично злато, те в някои отношения превъзхождат лимоните, също и мандарините. Корите са извънредно полезни. Добре е да се нарежат на ситно и да се поставят в мед. От тази смес се взима по една лъжица след ядене, за вкус може да се прибави и малко лимон.

Някой страда от очи, дробове, стомах, да употреби сурова храна – един режим на естествена, природна храна, за да види какво влияние оказва. Например за десет дни сутрин, обяд и вечер по една круша и по една паничка жито. Следващите десет дни сутрин, обяд и вечер по една възкиселичка ябълка и пак по една паничка жито. През следващите десет дни отново по някой плод – боровинки или тънкокоро грозде с паничка жито.

ВОДА

КАЧЕСТВА

Зад елементите водород и кислород има други елементи, невидими. Казва се, че благодарение на химическата сила – афинитет, се съединяват елементите. Тази сила е Любовта. Новороденото от съединението на кислорода и водорода се нарича вода. Но зад водата има друг елемент, който учените не знаят.

Водата не се е образувала от водород и кислород. Тя съществува във от тези два елемента. Тя е някъде далече от тях. Водородът и кислородът са само проводници на водата, но не и нейни съставни части. Тя ако произлизаше от тях, трябваше да прилича по свойствата на тези два елемента – тя обаче не прилича на тях.

Казват, че водата е безвкусна. Тя е емблема, представител на живота. Ако бихте пили от тази вода, от която животът се ражда, вие никога не бихте ожаднели.

Водата, която Бог създаде, е проводник на живота.

Водата в духовния свят е проводник на живота. Светлината е изявление на Божествения Дух.

Духът е същественото. Водата е материалът, от който Духът създаде човека. Водата е носителка на живота. Духът работи във въздуха и светлината.

Водата е носителка на живота, тя означава онова възвишено и мистично състояние, в което е вложен животът и безсмъртието. Водата изразява будическото тяло на човека.

Водата е проводник на нещо велико. Проводник е на ум-

ствените сили и колкото проводникът е по-добър, толкова силите, които минават през тези проводници, ще вършат повече работа.

Водата носи живота в себе си. Тя е така наречената „жива вода“. И сега хората търсят онзи еликсир, който обновява живота. Това е водата. На сегашната вода ѝ липсва нещо. Още един елемент има, който трябва да влезе във водата – това е вечният живот. Щом вечният живот влезе във водата, вие ще имате това, което наричат „еликсир“ – за обновяване на живота. Колкото водата е по-чиста, толкова и храносмилането става по-правилно. Умът на човека става по-свеж.

Ако влезете в стаята на разумния човек, първо ще усетите, че въздухът му е много чист. Светлината му е много мека и приятна и ако крушките на електричеството или на светлината, с която си служи, са горели 10 и повече години, в тях няма да намерите никакви нечистотии. Водата, която пие, също е много чиста и е съставена само от водород и кислород.

Водата съдържа нещо повече от другите води – жизнена прана, както индусите я наричат. Ако отидете в Хималаите, там има от тази вода, но индусите я крият. Който пие от тази вода, той коренно се преобразява. И Христос загатва за тази вода. Той казва: „Аз съм живата вода, Аз съм живият хляб“. Вие трябва да разбирате къде е тази вода. Тя може да бъде в самия човек, като извор, отдето ще извира.

Има места на земята, дето тази особена вода тече. От тази вода пият само просветените адепти. Тя извира само от високопланински местности. Тя извира от такива места, дето става особено кръстосване на слънчевите лъчи с центъра на земята. На такива места водата се особено пречиства. Който пие от тази вода, той може да живее 100, 200, 500, 1 000 и колкото години желае. Само 100 грама от тази вода са в състояние да внесат в човека особена сила и живот. Къде са

тези извори? Те са запазени, недостъпни са за обикновените хора. Хубавите работи са недостъпни за обикновените хора. Но въбъдеще те ще бъдат достъпни. Ако и вие учите добре, един ден тази вода ще бъде достъпна и за вас.

Учените са забелязали, че водата на земята постепенно намалява. В етерното пространство има повече вода, отколкото на земята. Някои окултисти обясняват този факт със запущването на три важни източника на живота. Щом водата намалява, и човешкият живот намалява. Значи каквито промени стават със земята, същите промени стават и с човешкото тяло.

ХИГИЕНА

Добро козметично средство е водата за онзи, който знае как да я употребява. С водата можеш да получиш какъвто цвят искаш на лицето си, само че трябва знание.

Част от водата се възприема от кожата чрез порите. Затова човек трябва да си мие лицето често и тогава водата прониква в порите и част от магнетизма на водата прониква с нея в кожата. Водата трябва да бъде топла, за да стане това. Има връзка между физическата и духовната чистота.

За да бъде дишането ви пълно, вие трябва да отворите порите на тялото си. Това се постига чрез употребата на вода. Пълното дишане подразбира да диша човек не само с дробовете си, но и с кожата на тялото си. Всяка клетка в човека трябва да диша. Който диша по този начин, може да се нарече здрав човек.

Да се къпе човек не е удоволствие, а необходимост, наложена от нуждата на организма да отвори порите на кожата си,

чрез които дишането и храненето стават правилно. При това във водата трябва да се седи от 5 до 15 минути, не повече.

Краката в никой случай не трябва да се мият със студена вода и особено след хранене също да не се мият.

Лятно време топлете вода на слънце и се измивайте със слънчева вода. Ще правите най-много по две-три бани в седмицата. Частично можете да се миете всеки ден, а именно лицето, врата, ръцете, краката. Като се изпотявате, веднага ще се преобличате.

Миенето е свещен акт. Ще се миете бавно, съсредоточено – ще вземете чист леген, ще налеете хладка вода, ще наплискате лицето си хубаво, ще попиете влагата много леко с мека кърпа. Няма да плискате лицето си силно с вода, но леко, нежно, все едно, че го милвате.

Лицето е нежно и отзивчиво и затова едва ще го докосвате. След като се измиете, ще се огледате и ако не сте доволен от лицето си, пак ще го измиете.

Водата гаси огъня и винаги усилва горенето. Като се миеш, се усилва горенето. Тази съставка, водородът, щом се докосва до ръцете, усилва горенето. Някой път имате слабо кръвообращение, понеже топлината е малко. Ако знаете как да употребите водата, ще подобрите кръвообращението.

Преди и след свършването на всяка работа ще си измивате ръцете, а лицето поне десет пъти на ден трябва да го миете.

Ръцете най-малко по три пъти на ден да ги измивате. Краката, лицето, подмишниците ще измивате по няколко пъти на ден, като оставяте кожата малко влажна, за да може тази влага да се всмукне от организма и да ви даде бодрост и свежест. Леко, с мека кърпа се избършете, ще се преoble-

чете, ще благодарите на Бога и чак тогава ще ядете или ще отидете на работа.

Може, когато се миете, да си казвате по едно хубаво изречение. Водата измива, отнася, разтваря всички нечистотии.

Водата, с която сте си мили лицето, я хвърлете на цветята, на дърветата, в никакъв случай където минават хората или на нечисти места.

Когато отидеш при някой чист извор, ще си измиеш ръцете и краката далече от него, ще си поръсиш главата, ще пийнеш малко водица, но нямаш право да хвърляш в него камъни или други предмети. Това се отнася и до реките, езерата, кладенците.

Има същества, които се интересуват колко вода харчите.

Един ден ще идеш, ще вземеш две стомни с вода и лятно време ще полееш някое плодно дърво, което е засъхнало. Ще го полееш и ще кажеш: „Както аз помилвах туй дърво, помилвай ме, Господи, по същия начин!“ Каквото направиш, ще ти го направят.

ПИЕНЕ НА ВОДА

Съвременният човек не знае как да пие вода и в какво количество. Всеки организъм се нуждае от известно количество вода, която да се съдържа в самите клетки, да поддържа неговата влага. Изгуби ли влагата си, организъмът е изложен на изсушаване. Такива хора обикновено са нервни, сухи, раздразнителни. Без вътрешната влага и външната вода човек не може да пречисти организма си от външните и вътрешните наслоявания. Останат ли тия утайки в организма, те ще

станат причина за нежелателни заболявания. Искате ли да не боледувате, дръжте в ума си мисълта за благотворното действие на водата върху организма. Пийте вода съзнателно и не мислете за болести. Дръжте в ума си мисълта за здравето си, за красивото и великото в живота и от нищо не се страхувайте.

Ако пиеш вода повече, отколкото трябва, ще пострадаш, ако пиеш по-малко, пак ще пострадаш.

За да бъде здрав, човек трябва да употребява определено количество вода, която, от една страна, е нужна за смекчаване на храната, а от друга – за промиване на вътрешните органи. Никаква реакция не може да стане без вода.

Ако искате никакви лекарства, било като лечебни средства, или средства за прочистване, ще ви препоръчам следните: изпивайте на ден по 23 литра чиста гореща вода. Ако сте на крак, носете сами вода. Носенето на вода се отразява благотворно върху организма. Освен това правете дълбоки вдишвания, за да разширите дробовете си.

Водата съдържа жизнена сила, необходима за човешкия организъм, а сиропите, колко и да са хубави, са човешки изобретения, те не могат да утолят жаждата.

Пиенето и миенето с вода за вас трябва да бъдат свещен акт. Ще се миете бавно, съсредоточено, с мисъл и изговаряне на формули ще приемате водата. Изучавайте къде има най-хубава вода, от най-чистите извори ще си носите вода.

Казват за някого: „Той пие като магаре!“ Това не е вярно. Преди всичко, магарето не пие вино. Магарето има една добра черта, то знае къде има чиста, хубава вода и оттам пие. Следователно искате ли да пиете хубава вода, вървете подир магарето. Дето магарето пие, пийте и вие и не се безпокойте,

глава няма да ви боли. Пиете ли вода от там, отдето магарето не пие, ще ви боли глава.

Ако разбихахте свойствата на водата, бихте могли да лекувате с нея всички болести. Водата, с която ще се лекувате, трябва да бъде абсолютно чиста.

Вода, която съдържа органически примеси, се отразява вредно на организма. Дестилираната вода подобрява здравословното състояние. На ден човек трябва да пие най-малко литър, литър и половина вода.

Казвам: най-мощното лекарство в света е горещата вода. И ако ние знаем къде се намират най-хубавите извори, трябва да я донасяме оттам, даже и ако те са на разстояние 510 км. Съвременните хора не знаят каква сила се съдържа във водата.

Когато излизате на разходка или екскурзия, избирайте за пиене води, които имат южно изложение, защото изворите на води, поставени в такова положение, са пълни с творческа енергия, те са здравословни. Никога не пийте води, изложени на север, защото енергията им е положителна.

Еликсирът на новия живот е топлата вода.

Ако знаете как да пиете врялата вода, тя ще внесе у вас такива елементи, че 90 процента от съвременните кризи, които разяждат обществото, ще изчезнат.

Една вода ще я стоплите толкова, че да не се изпарява, изпарява ли се, нейната сила изчезва. Най-добре е да се махне от огъня в момента на завирането.

Няма по-хубаво лекарство в света от топлата вода, но трябва да знаеш как да я възваряваш; най-сигурното лекар-

ство – това е топлата вода; хининът не струва нищо пред водата. Ще вземете чиста изворна вода, ще я турите върху силен огън, в съд от най-чисто злато, ще я варите на изгрев слънце или когато слънцето е на зенита. Другите лекарства само подпушват болестта, най-мощното лекарство в света е горещата вода. Хората трябва да знаят, че водата е първият елемент на живота, и винаги да пият чиста и прясна вода.

Ще вземеш чашата с вода, ще я погледнеш, ще я приближиш до устните си и ще приемеш с устата си само една глътка. Докато я пиеш, ще мислиш само за нея. Само така водата пречиства организма. Само така тя внася Божественото благо в човека. Ще приемеш водата вътрешно за пречистване. Съвременните хора правят водни бани външно, но резултатът им е слаб. Ако човек не прави редовно всеки ден по 3 пъти – сутрин, на обяд и вечер по една вътрешна баня с чиста вода, не може да разчита на никаква хигиена. Както възприемате водата, така ще възприемате светлината и въздуха. Това значи да бъдете здрави, разположени, доволни.

Казвам: пийте топла вода. Става ли? Казвам: по малко ще пиеш вода, хубава вода, да се асимилира. Другояче остава в стомаха дълго време, поглъща топлината. След туй се образуват тия, лошите състояния.

При известни болести препоръчват разтриване на тялото до изпотяване. Потта се предизвиква от една разумна сила, която иска да ви покаже, че всички пори на тялото трябва да бъдат отворени. Първото лекуване, за което е нужно изпотяване, е измиване на тялото. Изпотяването става най-добре с пиене на гореща вода, вряла, от 1 до 10 чаши най-много. Като се пие гореща вода, тя излиза чрез порите навън, отваря ги и с това се възстановява здравословното състояние. Порите са канали, отвори на душата. Душата диша през порите. Чрез дробовете се извършва едно специфично дишане, а чрез по-

рите на кожата става общо дишане. И когато специфичното и общото дишане вървят паралелно, човек е здрав.

Природата е поставила милиарди прозорци в човешкия организъм – порите, чрез които да прониква жизнената енергия, която постоянно го обновява. Тези прозорци трябва да бъдат винаги чисти и отворени, да става правилна обмяна между външния и вътрешния въздух. Станат ли нечисти прозорците, задръстят ли се с различни утайки, организмът е изложен вече на заболявания. Порите на тялото се отварят чрез вода, която предизвиква изпотяване. Магическа сила се крие във водата – тя чисти организма, разтваря утайките, добър проводник е на магнетизма.

Ще пиете вода, и то на гладно сърце от 100 до 150 грама на глътки, на ден ще изпивате по половин-един литър вода, от която ще може да извадите храна за вашите артерии.

Когато кръвоносните съдове в човека губят своята пластичност, своята пъргавина, той заболява от атеросклероза. Който иска да запази здравето си, да продължи живота си, той трябва да запази подвижността на тялото си. За тази цел човек трябва да не преяжда и да пие гореща вода, която помага за разтваряне на утайките, които се образуват при храненето.

Водата е високо интелигентна и разумна, тя освежава и опреснява. Бъдещите физиолози ще обяснят едно от великите свойства на водата, с което хората ще могат да се лекуват. Много неврастеници страдат от нямане на вода в организма, от много малко влага; други пък страдат от застояла вода, която не се разнася в организма, понеже е подпушен.

Животът е скрит във водата. И когато тя изчезва от организма ви, той изсъхва, кожата – също. Киселите хора по характер имат малко вода в тялото си, а флегматичните имат

застояла вода в тялото си. Водата в организма трябва да се намира в текущо състояние.

Голяма част от тялото на човека е вода. Много хора боледуват от липса на вода в организма. Влагата, водата е причина за топлината на организма. Липсата на вода охлажда организма. Много вода пък го сгорещява. Човек трябва да живее правилно, разумно да използва енергиите, които идат от слънцето, за да се създаде около човека здравословна, приятна атмосфера. Ако живее добре, човек привлича към себе си теченията, които идват от слънцето, и образува оазис, източник на живот и сили.

Когато в организма се насъбере много вода, която не може да се асимилира, произвежда много болести: воднянка, плеврит и други.

Забелязано е, че известни болести се дължат на излишно количество вода в човешкия организъм. За да се освободи от излишната вода, лекарите поставят човек под такива условия, при такава топлина, при която излишната вода да се изпари. Ако желязото е в излишък, необходимо е човешкият организъм да се постави при такива психични условия, при които желязото се топи и се изпарява.

Запекът се дължи на недоимък на вода в кръвта. Гръдоболът – недоимък на топлина в чувствата. Когато чувствата на човека са топли, краката, ръцете и цялото му тяло са топли, вследствие на което той се чувства разположен.

Не е достатъчно само човек да констатира, че е нервен, но той трябва да знае причината на своята нервност. Щом е нервен, това показва, че има много застояла вода в организма си. Щом изсъхне, водата в него е намаляла. Важно е за човека в дадения случай да вкарва в организма си винаги прясна вода, която дава възможност на магнетизма в него

да проработи. Магнетизмът е необходим, защото той гради, а електричеството движи нещата.

Липсата на вода в организма прави човека нервен, сух. Той започва да се дразни, става рязък и е готов да се сърди и кара с всички. Така той нарушава своя вътрешен мир и прави погрешки. Как може да се въздейства на нервността? Чрез гореща вода. Вземете чаша гореща, вряла вода и пийте лъжичка по лъжичка. През това време наблюдавайте след коя лъжичка ще се успокоите. Ако нямате гореща вода, може да направите опита и със студена. Оставете ли се на течението на гнева, ще изразходвате напразно много енергия. Пестете енергията на организма си! Ако можете да я трансформирате в работа, вие сте спечелили нещо ценно.

Горещата вода, приета на глътки, чисти нервната система от наслоявания, които подпушват мислите и чувствата на човека. Тя го освобождава от напрежението, което нервната система произвежда върху него.

Водата регулира нервната система. При чрезмерна чувствителност ще сварииш вода и ще сипеш в една чаша, ще изпиеш водата лъжичка по лъжичка. Същото ще правиш на обяд и вечер. Значи ще изпиваш по три чаши гореща вода на ден.

Водата действа хубаво. Когато някой път вие сте болен, водата действа хубаво. Човек да има едно шишенце с вода да намазва устните си с вода. Ако си нервен, сприхав, обичаш да се гневиш, да си имаш една гъбичка. Щом се разсърдиш, извади гъбичката, прекарай по устните.

У някои чувствителни хора, преди да завали дъжд, има налягане и те не могат да дишат свободно. Имат известен задух. А след като се развали времето, получават освобождаване, приятно им е. Преди да се развали времето, такъв човек да употреби гореща вода, за да се смени състоянието му.

Ако някой път сте неразположени душевно, имате една меланхолия, бих ви препоръчал да направите един опит: тръгнете по течението на един извор и ще видите, че няма да се мине половин час и неразположението ви ще изчезне. Няма да вървите срещу течението, но по течението. На връщане ще минете по друг някой път. Когато сте неразположени, минете покрай някой добър човек. Друг път може да вземете една хубава книга, научна или на някой философ, или на някой първокласен моралист. Прочетете книгата и ще видите, че неразположението ще изчезне.

Поради неестествен живот човек е натрупал в организма си млечна и пикочна киселина, които се отразяват вредно върху сърцето и кръвообращението. След това ще се върти с часове в леглото, не може да заспи. Как ще спи при това положение? За да спи, той трябва да подобри кръвообращението си. За тази цел трябва поне два пъти в седмицата да предизвиква изпотяване чрез пиене на вода – ще изпие няколко чаши гореща вода, в която може да изстиска няколко капки лимон. Като се изпоти добре, ще изтрие тялото си с влажна кърпа и ще се преоблече. След това нека изпие още половин или една чаша гореща вода. Пак ще се изпоти, пак ще се изтрие със суха кърпа, и така, докато престане да излиза пот.

Чистата гореща вода помага за освобождаването на кръвта от натрупаните в нея млечна и пикочна киселина. За да бъде здрав, човек трябва да има абсолютно чиста кръв. Щом човек подобри кръвообращението си, и праната се възприема правилно от организма.

Като иска да се лекува чрез екскурзии, човек трябва да се преоблече като се изпоти и веднага след това да пие няколко чаши гореща вода, да възстанови изгубената топлина на тялото си. Ако не може да възстанови изгубената топлина на тялото си, човек изпитва един студ, вследствие свиване на капилярите. Тъй щото, върнете ли се от екскурзия, веднага

се преоблечете, пийте една-две чаши гореща вода, да възстановите изгубената топлина на тялото си.

Лятно време пийте чиста вода с малко солчица, тя ще даде малко равновесие, а непотребната сол се изхвърля навън. Солите са потребни, за да поддържат организма – това е външната страна на една хигиена.

Никога не пийте вода, когато сте изморени и запотени! Спрете се малко при извора, почакайте 10-15 минути и след това пийте.

Друг начин на лекуване е с пиене на гореща вода: болният приема литър и половина гореща вода на ден. В болния има бацили и когато се вкара такова количество топла вода в тялото му, те умират. Това като се прави двадесет дена, болестта си отива – средата, в която живеят микробите, става негодна за тях и те умират.

Викат ме един ден при един наш приятел, който заболял. Понеже не мога да отида при него, казвам на близките му: нека изпие три-четири чаши гореща вода и всичко ще мине. На другия ми казват, че пил гореща вода, но нищо не станало, не му помогнало. Колко чаши вода е пил? „Пи, четири-пет чаши.“ А колко време? „В продължение на четири-пет часа.“ Не, така не се пие гореща вода! Ако искате да се лекувате с гореща вода, ще пиете пет-шест чаши гореща вода лъжичка след лъжичка, но в продължение само на половин час. Наистина ще се пресилите малко, но ще си помогнете.

Българинът често страда от стомах, една от причините е, че става нощем и пие студена вода, не на глътки, а наведнъж, после по време на ядене пак пие вода. Водата трябва да се пие гореща, на глътки и никога по време на ядене или веднага след ядене.

Никога не пийте студена, ледена вода, за да не свивате прекомерно капилярните съдове на гърлото и на стомаха. Никога не дишайте през устата, а през носа – да се пречисти въздухът и стопли, за това помага лигавата ципа и течност в носа.

Бог е дал на човека хляб и вода и той има право само това да иска, а всичко друго е по благословение. Пийте топла вода, студената вода предизвиква в човека суровост и жестокост.

Защо ви препоръчвам да пиете топла вода? Студената вода има примеси от известни енергии, които са опасни. Тази вода може да е била под влиянието на нощта, под влиянието на звездите, на облаците. Ако тази вода не я сгорещите на слънце или на огън, като я пиете, ще ви навреди.

Студена вода и неузрели плодове не вкусвайте! Водата може да е позатоплена, но да не е студена.

Топлата вода дава нещо на човека, а студената само взема. Пиете ли топла вода, ревматизмът няма да ви напада.

Пиете ли студена вода, съзнанието ви трябва да бъде будно. Много болести се раждат от бързото пиене на студена вода. Когато човек пие студена вода, той трябва да мисли, съзнанието му трябва да взема пълно участие в сладостта на водата и в нейната температура. Бързате ли, когато пиете вода, вие ще изгубите повече време, докато се излекувате от последствията, отколкото ако бяхте употребили една-две минути, докато изпиете водата.

След топло никога не пийте студено, защото от резките промени зъбите се развалят. Природата не обича резките промени, пък и какво добро ще донесе свиването и разширяването глечта на зъбите?

Никога не пийте вода веднага след като сте се нахранили, нека минат поне 4050 минути и тогава пийте, но на глътки, не изведнъж.

След плодове никога не пий нито студена, нито топла вода! Преди ядене може да пиеш вода, но веднага след ядене не се позволява. Ако не спазваш това правило, ще страдаш.

По време на ядене не пийте вода. Много нездравословни състояния произтичат от лошото пиене на вода. Винаги пийте водата на глътки.

Трябва да възприемете водата, както кокошките пият вода. Кокошките много добре пият вода. Вझे вода, вдигне си главата, пак вземе, пак си обърне нагоре главата. Между птиците, между кокошките песимисти няма, всички са весели. Ако искате да бъдете оптимисти, следвайте примера на кокошките. Кокошката песимист не може да бъде. Казвате: „Кокоша работа“. За пиене на вода вижете кокошката. Тя не избира хубава вода. Ако искаш качествено да избереш хубава вода, магарето ще питаш. То знае да избира да пие хубава вода. Кокошката не знае да избира, но знае как да я пие. Наблюдавайте как кокошките пият вода, то е късмет. Тя като пие вода – не я възприема, като свърши пиенето – тогава я възприема. Да ти е приятно, че си видял една кокошка да пие вода.

БАНИ И КОМПРЕСИ

Ония, на които кожата е суха, трябва да правят топли бани, но да не се киснат много във водата. Малко да седят във водата, за да дадат възможност на топлата вода да се всмукне чрез порите в целия организъм. Щом организмът приеме колкото вода му е нужна, в него се развива особена магнетична енергия, която благоприятства за кръвообращението.

Ако сте неразположени, направете една топла баня. Водата действа магнетично върху организма.

Добре е да се правят частични измивания, понякога те дори са за предпочитане през целите бани. На слаби и болни хора Луи Куне препоръчва седящи бани, да се измива само едната половина на тялото, а другата да остане суха. Ако един ден се миете до кръста, на другия ден ще се измиете от кръста надолу, или ако сутрин миете лицето си, на обяд ще намокрите главата си малко отзад. По този начин се предизвиква правилна обмяна в тялото. Правилното измиване на краката ще се отрази и на ръцете, и обратно. При това, като миете краката и ръцете си, не бързайте час по-скоро да ги измиете. Бързото миене показва неразбиране на закона. Потопете краката си във водата и поседете в това положение. Мислено измивайте краката си, докато усетите някаква приятност, някаква реакция в ръцете. След това бавно измивайте краката си. Като се миете по този начин, силите в организма се разпределят правилно. Някой направи топла баня, а след това отиде на студен душ. Тези резки промени върху тялото не са за обикновения човек, те са само за боговете. Който не е кален, да прави топли бани, като оставя енергиите на топлината да действат върху организма.

Някой казва: „Аз правя студени бани, да се каля“. Докато човек се кали, тези резки промени ще предизвикат най-различни реакции на втвърдяване в тялото, вследствие на което в организма ще се натрупа повече електричество, с което той мъчно ще се справи.

Студените компреси и душеве са за силни хора, на които кръвообращението е правилно. Някой отива на гореща баня, окъпе се, след това влиза в студен басейн. После се чуди защо състоянието му се е влошило. Резките промени на температурата не се отразяват добре върху човешкия организъм.

Ако е въпрос за студени бани, аз бих препоръчал на всички хора дъждовните бани главно през месеците май, юни, юли и най-много до половината на август. Дъждовните капки през месеца са топли и пълни с електричество и магнетизъм. Дъждовни бани през останалите месеци не препоръчвам.

Друго средство за лекуване е чрез дъждовни магнетични бани. Лятно време, когато вали дъжд, облечи се с по-тънки дрехи и излез да те накваси. Това е една хубава дъждовна баня. После веднага се преоблечи и пий топла вода. Дъждовната вода, като минава през атмосферата, се напоява с магнетизъм, който ти приемаш.

Добре е дъждовните бани да не се правят направо на тялото, но през някаква тънка дреха. Така правени, баните, дъждовните капки развиват особена енергия, която се отразява върху организма благоприятно.

Трябва да знаете, че дъждът в планината през юли е голямо благословение. Такава дъждовна баня се равнява на сто обикновени бани. Всяка капка дъжд през юли е пълна с електричество и магнетизъм. От май до половината на юли, всеки ден, когато вали дъжд, ще се излагате на дъжда, докато добре ви намокри. След това ще се върнете у дома и ще изтриете тялото си с чиста кърпа, ще се преоблечете със сухи дрехи, ще изпиете 12 чаши гореща вода.

От май до половината на юли, всеки ден, когато вали дъжд, ще се излагате на дъжда, докато добре ви намокри. Чиновниците ще използват онези часове, когато не са на работа. Тези дъждовни бани струват повече от всякакви минерални – те се отразяват благотворно върху нервната система и върху много хронически болести. Аз наричам дъждовните бани „бани на ангелите“. Като правите баните си, ще се молите на Бога да ви очисти чрез тях и ще благодарите за благословието, което Той ви праща от небето. Който умее правилно да въз-

приема енергиите на дъждовните капки, той се е домогнал до онази първична материя, която алхимиците са търсили. Като правите тези бани, ще видите какъв здрав сън ще имате. След банята ще изтриете тялото си с чиста, суха кърпа, ще се преоблечете, ще изпиете една-две чаши гореща вода. Що се отнася до простуда, да нямате никакъв страх: май, юни, юли са пълни с живот.

Росната капка крие в себе си електричество и магнетизъм, които трябва да се използват разумно. Като знаете това, не изтърсвайте дъждовните капки от дрехите си. Чистата росна капка носи благословение. Оня, който има силно обоняние, усеща уханието на росните капки.

Росата да се събира в шишенца и да се запечатва с восък, за лекуване да се събира. Сутрин рано при абсолютно ясни дни, когато Луната се пълни през май и юни.

Когато не можете да правите дъждовни бани, добре е да правите бани с вода, която е нагрята най-много до 3540° – близо до естествената топлина на тялото. Такива са и много от естествените извори. Над тази температура водата има вече разтегателна сила, която не е приятна за тялото.

Природата не търпи студени душеве, студени бани. Топлите бани са за предпочитане пред студените.

Когато някой е крайно възбуден и нервен, може да си направи един студен душ. Водата освобождава човека от излишните енергии в организма му. За гневния човек температурата на водата трябва да бъде над десет градуса. За да се справи с гнева си, той трябва поне шест студени душа да направи през годината – така ще уравни силите на организма си. Гневливият губи част от енергията си, която мъчно се доставя. Разумният човек пази енергията си, не я изразходва безразборно, гневливият по-бързо се състарява.

Раздразнен ли си или съмнения те измъчват, вземи в един съд чиста, хубава вода и полей с нея горната част на лявата си ръка. После с една кърпа леко отнеми влагата от ръката – да остане малко влага. След една минута намокри горната част на дясната ръка и по същия начин да се попие с мека кърпа влагата. Ако състоянието не се промени, направи опита с две минути и ако пак не се подобри, продължавай този опит, като увеличаваш минутите до десет минути.

Някои препоръчват студени компреси, а други – топли. Когато на болното място поставят студени компреси, става свиване на капилярните съдове, вследствие на което се предизвикват особени реакции в организма. Турят ли се на болното място топли компреси, реакциите са благотворни. Топлата вода предизвиква разширяване на кръвоносните съдове, вследствие на което и кръвообращението се подобрява.

Простудите ли се, туряйте горещи компреси на болното място. Потопете парче памук във вряла вода и бързо го поставете на болното място да стои 1–2 минути. После пак го турете във вряла вода и оттам на болното място. Като направите този компрес десетина пъти, болката ще мине.

Измиването на разните части на тялото произвежда психични промени в мозъка. Вие можете не само буквално да си служите с водата за лечение, но и мислено да си служите с нея, тя ще произведе същия ефект. Искате например да си направите водна баня на гръбначния стълб: ще си представите една чешма на далечно разстояние от вас, ще отидете там, ще си налеете вода в стомничката, ще се върнете, ще снемете дрехите си и ще полеете гърба си. Ще попиете влагата с мека кърпа.

Водата е носителка на живот, но не и солта. Малко сол ще ядете.

Ако количеството на солта в човешкия организъм е повече, отколкото трябва, необходимо е излишното количество да се изхвърли навън. Това става чрез изпотяване.

Колкото повече се изпотяваш, толкова по-добре, това е начин за спасение. Изпотяването чрез носене на вода има един резултат, а изпотяването чрез носене на грозде има друг резултат. Някои много се потят, но не се преобличат. Някой човек може да се поти, без да носи вода, но ако се изпоти чрез носене на вода, ще има съвсем друг резултат.

Това упражнение трябва да се прави най-малко три пъти на годината по десет дни. След завършването му не само че ще се освободите от натрупаните отрови в организма, но и ще се отворят 7-те милиона пори, а когато те са отворени, енергиите на природата се вливат в организма. Порите са отворстия, през които природата влива своите енергии в организма и когато това вливане е нормално, човек има нормално здравословно състояние.

Упражненията за изпотяване помагат при ишиас, при туберкулоза и пр. Когато се носи вода, приижда кръв към върховете на белия дроб.

Старите трябва да носят голямо количество вода от чешмата и ще видят как се лекува ревматизъм. Който го пробожда сърце, крак и пр. като носи вода, ще оздравее. Който дойде при нас и се оплаква от сърце, ще му кажете: „Ние имаме цяр“. Ще носи буре с вода: бурето се поставя върху количка и болният я тегли.

Друго средство за лекуване е отстраняване на отровите от тялото чрез потни бани. Има няколко начина за потни бани. Един от тях братята и сестрите практикуваха през лятото на 1928 г.: облечени с дебели дрехи, те носеха вода с една или две стомни от чешмичката при Дианабад. Първият ден донесоха вода един път и когато се върнаха, обляха се с вода, затоплена на слънцето и се преоблякоха. Вторият ден ходиха

два пъти до извора и след това се обляха с водата, за да се преоблекат. И така на десетия ден те вече носеха вода десет пъти и чак тогава се обляха и се преоблякоха. След това си дадоха десет дни почивка, а после който желаше можеше да повтори упражнението за още десет дни.

Друг начин на изпотяване е чрез ечемик. При лекуване на някои болести, при които нищо не помага, се препоръчва това средство. То се прилага така: сварява се много ечемик в голям съд и докато е още горещ се поставя върху една постеля, където болният ляга гол, покриват го и отгоре в горещ ечемик, завиват го добре, само главата му да се вижда. Ечемикът е набъбнал от топлината и се употребява докато е още влажен и горещ дотолкова, доколкото може да търпи човек. От горе трябва да се натрупат много завивки, за да не се губи топлина – така болният ще се изпоти много добре и ще оздравее. Той толкова много ще се изпоти, че чаршафът, на който е легнал, щом се изстиска, ще пусне вода.

РЕЦЕПТИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ

БОЛЕСТИ НА НЕРВНАТА СИСТЕМА И НА ГЛАВАТА

I. Нервност, нервна слабост, неврастения

На какво се дължи неврастенията? На неестествения човешки живот, лишен от Божественото. Когато изгуби връзката си с Божественото, човек става неврастеник. Изобщо когато човек се лиши от нещо съществено, той става неврастеник. Страшно е да лишиш човека от Любовта като храна на неговата душа! Тази истина е позната на всички хора. Следователно когато човек се лиши от същественото в живота, нервната му система се разстройва. Какъв е пътят за това? Само Божията Любов е в състояние да лекува неврастенията. Щом Божията Любов посети болния, той моментално оздравява.

Първи вариант:

1. Адът се намира в червата на човека, ето защо, когато някой трябва да се лекува, най-първо ще очисти стомаха и червата си.

2. През летните сутрини се поставя вода, за да се сгрее на слънце до 1 ч. на обяд, след което човек се облива. Такова обливане със слънчева вода да се практикува и от здравия, докато болният от нервна слабост може да прави по две обливания на ден.

3. Три пъти през седмицата във вечерните часове да се измиват с топла вода кръстът, коремът, слабините и горният край на бедрата. Намокрят се кърпа с топла вода и се прави обтриване. За да има реакция, разстоянието от коляното до 25 см над него трябва да се запазва сухо. Това измиване усилва кръвообращението и раздвижва силите на организма.

4. Всяка вечер редовно измиване на краката с топла вода.

5. Приема се вегетарианска храна и то питателна.

6. Употребяването на ябълки в по-голямо количество е

необходимо, защото тези плодове съдържат енергии, които премахват нервната слабост и главоболието.

7. Сутрин, на обяд и вечер да се пие по две чаши гореща вода на глътки.

8. Употребяването на настъргана бяла и черна ряпа с малко лимон и зехтин на обяд е лечебно.

9. Известно време да се пие и царевична вода. Приготвя се така: един килограм царевича ври в литър и три четвърти вода, докато остане литър течност, която се прецежда и се пие на три части през деня. На следващия ден ще се сvari нова царевича.

10. При храненето да се употребяват моркови и пипер.

11. Всяка сутрин да се изиграват основните шест гимнастически упражнения.

12. Да се правят без изключение ранни разходки преди изгрев и до час след изгрева, защото именно тогава слънчевите енергии лекуват нервната система и човек трябва специално да се излага на тези слънчеви лъчи.

13. Препоръчват се екскурзии и пребиваване на планина, защото те обновяват и лекуват нервната система.

14. Всеки ден да се научи наизуст по едно изречение от книгата „Свещени думи на Учителя“.

15. Човек трябва да има Божествена мисъл, която се състои в разбирането, че всичко е за добро и каквото и да се случи, да не се изгубва равновесие. Щом се възприеме Божествената мисъл, ще се възстанови хармонията между етерното и физическото тяло. Нарушаването на тая хармония е причина за много болести.

16. Да се употребява лекомилаема храна и да се дъвче дълго време.

Втори вариант:

В продължение на един месец болните да ядат препечен хляб на добре разгорели въглища, да не остава никаква влага в него. Въглеродната енергия дава устойчивост в характера. Може филията да се намаже с мъничко масло или друго нещо.

Трети вариант:

Може да направите следния опит: вземете чесън, изнесете го вън в някое шише, сложете малко вода. Когато някой заболяе от неврастения или е в анормално състояние, този чесън го оставете цяла седмица вън, когато нощите са ясни, за да може чесънът да възприеме светлината от звездите. Като се дава този чесън с лъжичка, и болният се лекува. Светлината, възприета от чесъна, като влезе в човека, помага.

II. Главоболие

Причините за главоболие са много, но на първо място са тревогите и безпокойствата.

Първи вариант:

1. Този, който има главоболие, може да прекарва известно време на висока планина и там да пече гръбнака си, но на ранните сутринни лъчи, когато слънцето изгрява и малко след това, но не по-късно.

2. Да се пие само топла вода, всяка вечер да се измиват краката, а през ден да се измиват слабините също с топла вода.

3. За 5 минути да се накиснат във вряла вода ягодови листа и течността да се пие при поява на болките в главата.

4. В някои случаи може да се прибегне и до следното: някой магнетичен човек да тури двете си ръце на слепите очи на онзи, който има главоболие и то може да мине, защото се образува магнитно поле, чрез което се отнема натрупаната енергия в главата.

Втори вариант:

Тура се квас на слепите очи, топло приготвен, като мястото предварително е намазано със зехтин; квасът стои около 10 часа. Може да се прави 2-3 пъти седмично. Квасът действа магнетично, затова го препоръчвам не само за главоболие, но и за минингит. Квасът и млечният компрес са за предпо-

читане пред студените компреси. Когато лекувате или се лекувате, ще се молите.

Трети вариант:

Ако те боли глава, ще изпиеш 3 чаши гореща вода на глътки. След това ще вземеш очистително; като освободиш стомаха си, ще направиш една топла баня и ще си легнеш. В банята ще седиш малко. Боли ли те стомах, непременно и главата страда, и обратно. Човек страда от глава понякога и от недостатъчно кръв в главата – в мозъка. Наистина в главата не трябва да има много кръв, но не и по-малко, отколкото е нужно.

III. Невралгия на лицето

Първи вариант:

Болният да си измива краката от колената надолу всяка вечер с топла вода преди да си легне и след това да не излиза. Краката да бъдат потопени в легена до плезените, но да бъдат измити да колената. И всеки пръст поотделно да се разтрива, което да трае около 5 минути. След като си измие краката, трябва да обуе чорапи и чак след това да измива слабините с гъба, потопена в топла вода, като разтрива с пръсти областта от дифрагмата надолу и да спре, щом стигне 25 см над колената.

Десет дни ще мие слабините и като си почине пет дни, после пак ще повтори цикъла от десет дни, само краката ще продължава да мие непрекъснато всяка вечер. Освен това всяка сутрин да изпива една чаша студена вода на глътки. Но да пусне от чешмата да изтече доста вода и тогава да напълни чашата. Чашата да има обем от 150 грама. Това да прави четиридесет дни. Глътката вода да я задържа в устата си и да я премества, през това време езикът ще изсмучи праната от водата.

Втори вариант:

Гореща дъбова пепел да се смеси с много малко вода

така, че да не стане на рядка кал и да се тури в кърпа, за да се наложи на местата по лицето, чувствителни на болка. Да престои така 5-10 минути. След като махне пепелта, да намаже мястото с чисто дървено масло. По-после да вземе вошина, която да бъде прясна. Вошина е онова вещество, което остава след като се изтегли медът и след като се изкара и восъкът. Вошината да се стопли, да се тури в кърпа и да се налага на мястото. След това мястото пак да се намаже с чисто дървено масло. Освен това да се разбива всяка сутрин с малко захар по едно яйце с жълтъка и белтъка и да се изпива. При невралгия да се ядат ябълки и круши.

Трети вариант:

Взема се дебел слой памук, над който се излива вряла вода и докато е още горещ, се поставя без да се изстиска на болното място. Ако памукът е много горещ, чака се няколко секунди, докато лицето може да търпи горещината му. Върху памука се поставя мушама, а върху нея – дебел вълнен плат. Държи се 3-4 минути. След това се сваля, изстиска се водата, отново се напоява памукът с гореща вода и се повтаря процедурата. Това се прави всяка вечер по шест пъти. Така се привлича кръв към болното място и това действа лечебно.

При всеки компрес се изговаря по една формула. При първия компрес и двете ръце се държат на болното място и се изговаря: „Бог е във врялата вода. И с тази вода всяка болестка ще се махне, защото Бог е един и в Бога е здравето!“

При втория компрес: „Мекият принцип ще омекоти и откърти болестта. Мекото има силата да отнеме чуждото от организма. Бог се проявява в силата на Своята мекота.“

При третия компрес: „Силата е в числото 3. То носи всяко постижение – здравето.“

При четвъртия компрес: „И чрез противоречието здравето ще дойде, това ще направи горещата вода“.

При петия компрес: „Постижението е в числото 5. Единството на петте добродетели, на петте сили – благородство, правда, всяко изкуство, всяка постъпка и Любов. Това единство ще донесе здравето.“

При шестия компрес: „Без никакво съмнение ти ще бъдеш здрав, защото правата мисъл, правото чувство и правата постъпка изключват болестта“.

Ако болният може да изговаря формулите, нека да ги изговаря самият той, ако пък състоянието му не му позволява да ги изговаря поради голяма болка, тогава този, който прави компреса, да ги изговаря, безразлично дали гласно или мислено. Важно е да се изговарят съсредоточено, защото с мисълта те действат.

След свършване на компресите болното място се намазва с дървено масло и се обвива добре с вълнен плат, за да се запази топлината за известно време. Тези компреси се правят вечерно време преди лягане, за да няма простуда. Правят се три вечери подред или повече – според нуждата. За всеки пореден компрес да се използва нов памук, защото употребеният вече е изтеглил болезнения магнетизъм от болното място.

Четвърти вариант:

Болният да пие съсредоточено топла вода. За половин час да приеме тридесет лъжици гореща вода. Това да се прави през цялата седмица преди лягане.

IV. Безсъние

Първи вариант:

Болният да ляга рано. Всяка вечер да си измива краката с топла вода преди лягане. Да се свърже със здрави хора, защото здравият човек със своето здраве въздейства добре. Да премине на вегетарианство. Да гледа със спокойствие и оптимизъм на всичко. Сутрин в 5 ч. да идва на Изгрева за гимнастика. Да пие гореща вода и сутрин, и обед, и вечер. И да пее, много да пее!

Втори вариант:

Ако дълго време не можете да заспите, изтрийте тялото си с кърпа, потопена в топла вода, и си легнете.

V. Вътрешно възпаление на носа

Болният да вземе малко от дребната лайкучка (*matrikaria*) и като я свари, да смърква от отварата и да измива носа отвътре. Това да се прави десет дни наред – сутрин и вечер. След това десет дни почивка, после да се редуват процедурите и почивките, докато премине. Едновременно лайкучката може да се употребява и вътрешно, като всяка сутрин се пие по една малка чашка топла отвара без захар. Това също се прави десет дни и се редува с десет дни почивка, пак докато премине.

VI. Менингит

На болния от менингит да се обръсне главата и да му се постави калпак от селски квас. Този квас ще отнеме огъня, температурата ще се регулира. След няколко употреби квасът се сменя с нов. Квасът ще отнеме възпалението и болният ще оздравее.

VII. Бучене в ушите

Бученето е от кръвообращението, дължи се на тревоги, които човек трябва да загърби. Да се изпиват шест чаши топла вода на ден – по две чаши сутрин, на обяд и вечер. А може и така: всяка сутрин десет дни подред да пие по една кафяна чашка отвара от лайкучка, после – десет дни почивка. Да пие три пъти по десет дни с две почивки.

VIII. Пищене в ушите

Това става от тревоги. Болният да си пече гърба от поло-

вин до един час и половина на слънце. Да направи такива четиридесет слънчеви бани.

IX. Гнойно течение на ушите

Да се промият ушите от лекар, да се пече гръбнакът на слънце.

X. Възпаление на ухото

При възпаление на ухото изцежда се сок от печен праз и докато още е топъл се капва в ухото, после върху ухото се налага селски квас.

XI. Възпалени или кръвясали очи

1. Сурови картофи се нарязват и студените резени се налагат на слепите очи, като се превързват с кърпа. Картофите отнемат огъня от очите. Вместо картофи на слепите очи може да се наложи и селски квас.

2. Всяка вечер при лягане очите се покриват с топъл компрес, като преди това се измиват с отвара от лайка.

3. Да се варят сухи дренки като компот и да се пие водата, докато е гореща.

4. Когато се режат лозовите пръчки, лозата сълзи. Това се нарича „плач на лозата“. Да си мият очите с този извлек.

XII. Отслабване на зрението

Това е от тревоги. Гледайте да разберете каква е Волята Божия и да внесете в себе си спокойствие. Приложете следните методи:

1. С палците на двете ръце ще правите кръгове напред и назад върху всяко око. Ще почвате от вътрешния ъгъл на окото и кръгът ще завършва пак там. Значи правят се два вида кръгове – прави и обратни.

2. После ще направите много кръгове само в една посо-

ка, без прекъсване, като палците да минават върху веждите и долу под окото.

3. Ще направите върху очите с единия палец осморка и после – с другия палец. С лявата ръка се уравновесява магнетизма, а с дясната ръка – електричеството. Палецът е изразител на Божествения свят. Основата на Божествения свят е Любовта, затова и Венериният хълм се намира в основата на палеца откъм дланта.

4. Препоръчително е да се правят бани на очите с хладка вода, затоплена на слънце. Водата се поставя в широки съдове, очите се потапят в нея и се държат отворени една-две минути.

5. Пийте слънчева вода.

6. През деня на четири пъти да се мие цялото лице с топла вода.

7. Твърде полезно е да се практикува и очна гимнастика, която се прави сутрин и вечер в право или в седящо положение. При всички движения на очите главата трябва да стои неподвижна, нека се упражняват очите, а не шийните мускули.

Първи ден. Изходно положение: очите гледат хоризонтално напред.

а) Без да се мърда главата, очите се движат десет пъти вляво и десет пъти от ляво напред.

б) Очите се движат десет пъти вдясно и десет пъти от дясно напред.

в) Очите се движат десет пъти от ляво към дясно и десет пъти от дясно към ляво.

Втори ден. Изходно положение: главата е изправена и очите гледат надолу и централно.

а) Очите се движат десет пъти на ляво и десет пъти от ляво към центъра.

б) Очите се движат десет пъти от центъра към дясно и десет пъти от дясно към центъра.

в) Очите се движат десет пъти от ляво към дясно и десет пъти от дясно към ляво.

Трети ден. Правят се упражненията от първия и втория ден, а освен това и следните упражнения:

а) Очите се движат десет пъти от центъра към ляво и десет пъти от ляво към дясно.

б) Очите се движат десет пъти от центъра към дясно и десет пъти от дясно към центъра.

в) Очите се движат десет пъти от ляво към дясно и десет пъти от дясно към ляво.

От четвъртия ден нататък се изпълняват упражненията, които са правени през третия и това ще продължи десет дни. Следва десетдневна почивка. После пак ще се повтори цикълът от упражнения, вече правени през първите десет дни. Следва отново десетдневна почивка и чак след това ще се пристъпи към сложни движения на очите със следното смесено упражнение:

а) Очите са насочени нагоре и централно, а се изместват в хоризонтално положение и напред; прави се десет пъти подред.

б) Очите са насочени надолу и централно и се изместват в хоризонтално положение и напред; прави се десет пъти подред.

в) Очите са насочени нагоре и централно, а се изместват надолу и централно; прави се десет пъти подред.

г) Очите са насочени нагоре и вляво и се изместват в хоризонтално положение и вляво; прави се десет пъти подред.

д) Очите са насочени надолу и вляво и се изместват в хоризонтално положение и вляво; прави се десет пъти подред.

е) Очите са насочени нагоре и вляво и се изместват надолу и вляво; прави се десет пъти подред.

ж) Очите са насочени нагоре и вдясно и се изместват в хоризонтално положение и вдясно; прави се десет пъти подред.

з) Очите са насочени нагоре и вдясно и се изместват в хоризонтално положение и вдясно; прави се десет пъти подред.

и) Очите са насочени нагоре и вдясно и се изместват надолу и вдясно; прави се десет пъти подред.

XIII. Ечемик на окото

При ечемик на окото се препоръчва компрес от лайка. Лайка в книжна торбичка се сварява, полага се върху окото и както при съгреваещ компрес се налагат мушама и вълнен плат и се превързва, за да престои известно време.

XIV. Възпалени венци.

Да се жабурят с отвара от лайка.

И винцето не е лошо да се пие. Аз даже препоръчвам на някои да вземат вино и да си жабуркат устата, ако имат слаби венци.

XV. Зъбобол

Първи вариант:

Да се сварят орехови листа и да се жабурят венците и зъбите с тази вода.

Втори вариант:

Като ви заболи зъб, мислено вземете едно парче чист пчелен восък, стопете го, оставете го малко да изстине и го турете на болното място като компрес. Ако при първия мислено направен компрес не мине болката, ще направите втори.

XVI. Окапване на косата

1. Четири пъти на ден да се мокри косата с хладка вода.
2. Да се втрива в косата отвара от корени на репей.
3. За да се засили косата, хубаво е да се пие цяла година отвара от корените на коприва. Даже по този начин бялата коса може да възвърне цвета си.
4. Засилва се косата, когато при хубаво време се ходи гологлав, за да действат благотворно въздухът и слънцето.

XVII. Заекване

Обикновено тези, които имат проблем със заекването, говорят с прибежки и нервно. За да отвикнат, нека да правят следното:

1. Всякога да поемат дълбоко въздух преди да говорят, да направят дълбоко дишане.

2. Почнат ли да говорят, да подхванат речта с бавно темпо.

3. Всяка вечер да си мият краката с топла вода и пак съвсем бавно, като движат ръцете си по краката с бавни движение. Така с воля ще привикнат към нужната умереност.

4. Когато нареждат някои прибори върху масата или книги по рафтовете, или когато си оправят леглото, или пък когато разтребват една стая, да мислят над всяко движение и да се приучват към ритъм. В началото е нужно да вършат всичко подчертано бавно, за да калят волята си с отмерени движения, което ще се отрази и на говора.

5. Майката да разказва с изразителен глас на детето си неща, които да са изпълнени с доброта и красота, после да го подканва да ги разкаже и да следи изговора. Изобщо да се създаде около детето една среда на мекота и разбирателство.

6. Детето да поеме дълбоко въздух и при издишване да изговори съвсем бавно една дума, например „благод“, като я изговори няколко пъти. После по същия начин да произнесе думата „мир“. По-нататък да изговори при издишването двете думи „благод, мир“ или думите „радост, светлина“.

XVIII. Гърлобол

При гърлобола да се употреби млечен компрес, който се приготвя така: сварява се литър мляко и щом се свали от огъня, веднага в него се изцежда един лимон и докато все още е горещо, пресеченото мляко се прецежда през марля и с гъстата маса са налага болното място. Върху марлята се поставя мушама, а върху нея – вълнен плат, завит няколко

пъти, и всичко това се бинтова. Важно е мушамата и вълнения плат да са прилепнали така добре, че да не влиза въздух под тях, за да се запази за по-дълго време топлината на пресеченото мляко, даже до сутринта. Млечният компрес се поставя вечер, за да престои дванадесет часа. Това се прави няколко пъти.

XIX. Парализа

1. Да се прави разтриване на гръбначния стълб с дървено масло. Разтривката става по отвесна линия на гърба и ръцете се движат отгоре надолу.

2. За да се поправи нервната система, се препоръчват дишателни упражнения. Сутрин, обед и вечер – дълбоко дишане с по седем вдишки и да се задържи въздуха колкото се може по-продължително.

3. Пиене на гореща вода.

4. Всяка сутрин болният да прави слънчеви бани на гръбнака. Гръбнакът е акумулатор на слънчевите енергии. Ранните слънчеви лъчи действат лечебно при тази болест. Гръбнакът да се излага на слънце, а главата да бъде на сянка. Почва се от половин час и времето се увеличава постепенно, докато се стигне до час и половина. Начален час е 7 ч. сутринта.

5. Вегетарианство.

6. Болният да бъде тих и спокоен, без тревога и нервиране. Да се моли, да му четат Евангелието, беседите и лекциите.

7. Жива вяра.

8. Всяка вечер да си мие краката с топла вода.

9. Три пъти на седмица да си измива слабините с топла вода.

XX. Душевно болни

Душевно болните са обсебени от по-нисши духове. Когато говорим за хубави влияния, то иде от висшите духове, а пък обсебването е от пакостливи нисши духове. Когато нисшите духове се промъкнат в човека, умът не функционира

правилно. Това не е умопобъркване, умопобъркване няма, а чувствителността му се е усилила и възприема разни мисли отвсякъде. Един му говори едно, друг – друго и мисли, че това се отнася до него, а той е под влияние на разни същества. Това става по основателни причини: дисхармония, стълкновение между ум и сърце, между мисли и чувства.

Добре е такъв болен през летния сезон да прекара на високо в планината, тя ще укрепи, тонира и ще лекува нервната система. Да прави обливни бани със слънчева вода, да употребява чеснов лук, счукан и смесен с чисто, сурово дървено масло. Това действа хубаво.

Освен това може да се употреби и един духовен метод: една група от шест-седем души да практикува седемдневен пост, като се храни само вечер, в определен час и на обща вечеря. И в 3 ч. след полунощ да стават и да се молят за оздравяването на болния. Но вън от групата никой да не знае за нейното съществуване и за дейността ѝ, болният също трябва да не научи, иначе се губи силата. Между членовете на групата да има пълна хармония.

XXI. Епилепсия

За епилепсията може да се даде следното обяснение: нисши духове нападат болния и тогава той има припадък. През това време те изсмукват неговите жизнени сокове, праната, след това го напускат и отиват в горите, където прекарват известно време. През това време болният е без припадък. След това пак идват и пак настъпва припадък. Ето начин на лечение:

1. Дълбоко дишане.

2. Всяка вечер измиване на слабините с топла вода и търкане. Това измиване обхваща цялата област от диафрагмата до 25 см над колената. Процедурата да продължи четири месеца.

3. За пиене да употребява топла вода.

4. Да се употребява растителна храна и без възбудителни ястия. Вечер да се яде рано и да приема всяка вечер по една-две скилидки чеснов лук.

5. Измиване на краката всяка вечер с топла вода преди лягане.

6. Всеки ден да се разхожда по малко.

7. На детето, болно от епилепсия, четиридесет дена да му разтриват мястото под лъжичката, при слънчевия възел и малко над пъпа. Разтриването да става с дървено масло.

XXII. Сливици

Първи вариант:

1. При възпаление на сливиците отвън се налага селски квас.

2. След като водата в едно джезве заври, пускат се три листа от тетра и веднага се сваля от огъня, като се захлупва, за да постои така известно време. Пие се по една кафяна чашка сутрин, обед и вечер.

3. При гнойни сливици върху шията се поставя млечен компрес няколко пъти. След компреса поставя се и селски квас.

4. При гнойни сливици освен това се прави гаргара на гърлото с отвара от лайка.

Втори вариант:

Да се стопля старо, 45-годишно вино и да се прави с него гаргара няколко пъти на ден.

Трети вариант:

Някой да духне в гърлото на болния с цев чисто мляно кафе. След това болният да не приема нищо в продължение на един час. Процедурата да се извършва всеки ден до спадане на отока.

Четвърти вариант:

Когато имате болки в сливиците, взимайте лют чесън. Това е един добър начин за лекуване на сливиците и добра дезинфекция на гърлото.

XXIII. Треска

Има хора, които треска ги хваща през ден. Тресе ги през ден. Щом мине треската, температурата, в тебе се заражда едно желание да ядеш – глад. Тая треска, която те кара да ядеш, тя взима месеци, 23 години. На другия ден след треската се наядеш. На третия ден пак те втриса. Пак минава треската, пак ядеш и т.н. Ще кажеш: „От какво произтича това?“ Съвсем е друг характерът на този глад. Не яж! Нищо повече! Опитай се малко да постиш. С този глад и с това ядене ти поддържаш треската.

Хининът пресича треската, но не я лекува. Вместо да употребявате хинини, пийте 3 дни гореща вода, без да се храните, и треската ще ви напусне. Така се лекува и хремата.

XXIV. Малария

Ако някой страда от малария, нека чука глава лук и да го сложи на стъпалата си.

XXV. Висока температура

Първи вариант:

Ако детето ви има висока температура, дайте му първо очистително, след това да изпие една чаша гореща вода, после картофена супица или компот от ябълки или сливи. Ще го поразтриете хубаво, ще го завиете да се затопли.

Втори вариант:

Когато имате висока температура, ще направите едно от двете: или трябва да вземете очистително и да изпиете 23 чаши гореща вода след очистителното, или да сварите картошки, големи от по 100 грама, изяжте ги и вижте след половин час дали няма да спадне температурата. Водата и

картошките да са топли, горещи. Картошките да не са на чорба, но само сварени с корите и ще дъвчете добре – те урегулират неестествената топлина.

XXVI. Отслабване на паметта

Вземете съвременните хора – страдат някой път, че паметта им е отслабнала. Забравяте... То е набиране на тъй наречената млечна киселина. Много пъти, като се събере в мозъка млечна киселина, мозъкът става ленив, не може да работи, не остава достатъчно електричество. После млечната киселина слиза в слънчевия възел долу. Тогава се нарушава магнетичното поле на човека, започваш да ставаш неразположен, да се чувстваш недобре. Никакви лекарства не помагат.

При нервните заболявания две неща помагат: чистата храна, сдъвканата храна. Когато ядеш, да не мислиш за нищо друго. Да благодариш, че можеш да ядеш. Ако искаш да поправиш живота си, трябва да дишаш внимателно, за нищо да не мислиш. Да приемеш достатъчно количество въздух.

БОЛЕСТИ НА БЕЛИТЕ ДРОБОВЕ

I. Туберкулоза

Туберкулозата се явява когато умът и сърцето са в противоречие.

На младите трябва да се говори, че човек, за да се освободи от каквато и да е болест, трябва да има силен копнеж да служи на Бога, да работи за Бога – всичките си сили да впрегне в работа за Бога от Любов! И тогава ще оздравее.

Туберкулозата се дължи на дисхармония на чувствата. И когато те възстановят своя правилен характер, тогава тази болест изчезва. Това е най-силният начин за лекуване на туберкулозата. Белодробната туберкулоза е една утайка на чувствата в

белодробните клетки и затова белият дроб заболява. Тогава започва гниене, което е почва за микробите. Туберкулозата се ражда от изгубена любов, при разочарование в любовта. Всеки, който изгуби любовта, може да заболяе от туберкулоза, ако не трансформира състоянието си. Някой изгубил любовта си и става туберкулозен. Как може да се лекува? Ще възстанови в себе си изгубената хармония. Човек, който обича Господа, ако е бил болен от туберкулоза, тя си отива от него. Туберкулозният трябва да има Любов, трябва да се свърже със здравите хора.

Има един нисш живот, който може да влезе в човека, да нападне дробовете и да ги яде. Някой път при страх се образуват също така утайки на туберкулозата. Когато човек изгуби голяма сума, може да стане туберкулозен, ако не трансформира своето състояние. Туберкулозата идва и когато човек се простуди, а и от други външни причини. Понякога тя иде, когато душите се карат. Караницата създава лош дъх. Когато човек се разгневи, от него излиза лошо ухание и това става причина за туберкулозата. Когато се разгневиш, може да станеш туберкулозен. За лекуване на туберкулозата може да се употребяват следните методи:

1. Болният да изпива наведнъж една след друга по четири-пет чаши гореща вода. Това да прави няколко пъти на ден и ако се изпоти, веднага трябва да се преоблече. Пиенето на гореща вода е добро средство за лекуване на тази болест, тогава микробите губят почва в организма. Употребяването на гореща вода да става в първите периоди на туберкулозата.

2. В първия период на туберкулозата болният може да практикува дълбоко дишане: запушване на дясната ноздра и вдишване през лявата, после – обратно. Такива упражнения трябва да се правят три, шест или десет пъти сутрин, обед и вечер.

3. Да се правят разтривки със зехтин по гърба и гърдите и да се остави маслото да попие в кожата.

4. Десет вечери да се измиват с топла вода слабните, после да се направи почивка от няколко дни. Този цикъл да се повтори, потрети и да се продължи.

5. Всяка вечер без прекъсване да се измиват краката с топла вода.

6. През летния сезон туберкулозният да пребивава на планина, висока 2 000 м и да излиза на дълги разходки, през които да предизвиква изпотяване и да се преоблича. Ако не е възможно да прекара на 2 000 м височина, може да се качи поне на 1 000 м, но по-добре да е над 1 000 м.

7. В първата фаза на болестта, когато тя не е напреднала, болният да излага гърба си на слънце – рано сутрин след изгрев, през по-тънки дрехи, но това зависи от температурата и от чувствителността на болния. След 9 ч. да не прави слънчеви бани. Ако има температура, да не прави слънчеви бани.

8. Да се употребява по един-два лимона на ден.

9. Вегетарианска храна.

10. През май да се съберат сто връхчета от млади борови клончета, да се турят в един литър вода, да врат един-два часа, докато омекнат. След това ще се прибави един килограм захар и ще поври докато се стопи, тогава смолата на боровите връхчета ще бъде извлечена във водата. Това ще се приема заедно с боровите връхчета, по една супена лъжица сутрин, обед и вечер преди лягане.

11. За да почерпи жизнен магнетизъм, болният трябва да прекара няколко летни месеци при овце. В кошарата им ще си направи едно по-високо легло и там ще преспи. Магнетизмът на овцете лекува.

12. Болният да яде суров чесън. Но трябва да се спазва съчетанието на храните. Чесънът предпазва от зарази и да се яде от здрави за здраве. Не може да се яде прясно мляко с чесън.

13. Болният да има вяра, да разучи Евангелието, за да се измени психологически, да си създаде една атмосфера на обнадяване и обновяване. В каквото вярва човек, това става.

14. Болният да пие житена вода. След като се свари житото, да пие от сока.

15. След като ври царевицата един час, да пие от царевицната вода.

16. Всяка сутрин да прави бавни разходки сутрин и вечер – общо два часа. Сутрин ако ходи, може вечер да не ходи. Всеки ден да увеличава разходките, но да бъдат сред гора, за да се приемат магнетичните еманации на дърветата. От застой често се влошава положението на болния – тогава у него се явява едно инертно състояние и постоянно си внушава отрицателни неща.

17. Всяка сутрин и вечер преди лягане да приема по една лъжица чисто дървено масло. Ако има кръвоизлив от белия дроб, не се правят дихателни упражнения, за да не се разкъсат повече капилярни съдове и да се усили кръвотечението.

II. Съвети за слабогърдни, предразположени към боледуване

1. Да се употребяват корите на киселите ябълки. Да се дъвчат дълго, за да приеме болният всички сокове от тях, като след това ги изплюва.

2. Да изпраща мислено светлина върху тялото си с всички краски и особено върху белите дробове. Това да направи така: да си представя мислено, че върху него се излива душ от бяла светлина, после да си представи, че върху него се излива душ от портокалени лъчи и така да смени всички краски.

3. Да размишлява в пълно уединение и вдълбочаване върху най-възвишените стихове в Писанието, например: „Които чакат Господа, тяхната сила ще се обнови“, или върху стиха: „Аз дойдох да им дам живот и да го имат преизобилно“.

4. Да употребява сладък червен кромид лук. Да го яде, като дъвче хубаво – най-малко една глава на ден, а може и малко повече.

5. Всяка вечер да си мие краката с топла вода с малко сол.

6. Дълбоко дишане.

7. Мислено да прави разходки по високите места.

8. Да бъде бодър, да не го е страх. Щом човек реши и обещае да служи на Бога, няма какво да го е страх. Човек, който служи на Бога, не трябва да го е страх, защото Бог е на негова страна и ще го пази. Да се страхува онзи, който не служи.

9. Да си измива слабините всяка вечер с топла вода, в която има малко сол.

10. Всеки ден да чете по един псалом и да заучава най-силните стихове.

III. Кашлица

Първи вариант:

1. Ще се употребят външните червени люспи на десет глави лук. Когато заври 700 г вода, ще се турят люспите и ще врат 10-15 минути; приема се три пъти: сутрин, обед и вечер. Когато се пие, водата да е гореща. Това да се прави една седмица. След това ще има една седмица почивка. После пак ще се приема, три седмици да се взема от този извлек.

2. Набавят се индийски орехчета, мед и чер пипер. Медът се стопява, а индийските орехчета и черният пипер се счукват. Забъркваме тези три неща и се получава един маджун, от който болният приема в устата и гърлото си, но без да го гълта. Този маджун запарва и топли, от което кашлицата минава.

3. За кашлица се взема трескот, вари се петнадесет минути и се пие отварата. После се маже гърлото със зехтин, а и вътрешно се приема по малко зехтин. Зехтинът, от една страна, е хранителен, а от друга страна, действа лечебно. Ще се запознаете с трескота. Много го хокат, обаче той е много добър лекар, а и има хубав вкус.

4. Варят се листа на конски или див кестен и се пие водата.

Втори вариант:

Вземете сухите люспи на десет глави лук и ги сварете във вода; прецедете водата и в нея турете половин килограм мед, една-две лъжички счукан синап, една-две лъжички ленено семе.

Взимайте от тази смес по една лъжичка три пъти на ден, сутрин, обед и вечер. Природата е вложила в лучените люспи лечебна сила, а вие ги хвърляте навън. Кашлицата е резултат на човешкото безлюбие. Който кашля, търси човек да го обича. За да се справите с кашлицата – възлюбете я. Като я

обикнете, тя ще ви напусне. Ако двама души обикнат онзи, който кашля, скоро ще го излекуват. Кашлицата се явява при понижаване вибрациите на организма. Щом се повишат, кашлицата минава. Любовта е в състояние да повиши вибрациите на организма.

За да се излекува кашлицата, е нужно белите дробове да се изчистят от нечистотиите и лигавата течност, която е запушила бронхите. Важно е да използвате люспите на лука като лечебно средство, а окончателното излекуване на кашлицата ще дойде пак от Любовта.

Трети вариант:

Ще настържете черна ряпа и от сока ще изпивате всяка вечер по една кафяна чаша. Отлично действа и на стомаха. Ще вземете и по една скилидка чесън с малко солчица. Това ще правите всяка вечер, докато кашлицата престане.

IV. Хълцане

Ще изпиеш две-три чаши гореща вода или ще дишаш дълбоко. Хълцането се предизвиква от едно малко повдигане на диафрагмата, която е покрив на стомаха, и когато покривът се вдигне високо, подът трябва да се свали малко по-долу. Човек хълца и когато не мисли право.

V. Гръдна жаба

При гръдна жаба се усеща стягане на гърдите и болка, но без задушаване. Възниква на нервна почва. Това е болест на нервите, които инервират кръвоносните съдове, хранещи сърцето и околните области.

1. Дълбоко дишане по шест пъти сутрин, на обед и вечер.
2. Разходки и екскурзии по магнетични планини, каквито са например Родопите.
3. Пиене отвара от външните червени люспи на лука сутрин, обед и вечер преди лягане по една кафяна чашка.

VI. Плеврит

1. Дълбоко дишане.
2. Да се приложи млечен компрес на страната, където е плевритната болка.
3. При срастване на плеврата да се наложи на мястото на срастване селски квас, намазан с мед и насолен с нишадър.

VII. Пневмония

1. Млечен компрес.
2. Вечер преди сън многократно, за няколко часа непрекъснато слагане на вендузи.

VIII. Схванат гръбнак

Един младеж от Ямбол прекарал воден плеврит. Течността се всмукала, плевритът преминал, но му се схванал гръбнакът и не можел да го движи. Учителя дал следния съвет:

1. Да се пече на слънце.
2. Да се правят разтривки на гърба с дървено масло. Разтривките да вървят отгоре надолу.
3. Болното място на гръбнака също да се маже с дървено масло.

БОЛЕСТИ НА КРЪВОНОСНАТА СИСТЕМА

I. Сърцебиене

Да се правят упражнения за дълбоко дишане. В някои случаи причината на сърцебиенето е в диафрагмата, която се е повдигнала и притиска сърцето. Чрез дълбоко дишане белият дроб се разширява повече от обикновено и избутва диафрагмата надолу. Добре е да се задържа въздуха колкото се може по-дълго и ако причината на сърцебиенето е в диафрагмата,

то като се направят пет-шест дълбоки вдишки, ще премине. Трябва да се пие топла вода и да се излиза на разходки. Да се измиват краката вечер до колената с топла вода.

Често сърцебиенето произтича от притеснения, смущения и безпокойства. Това се обяснява така: биенето на сърцето се дължи на електрическо течение, което минава през него, но при възбуждане, страх и тревоги правилният му ритъм се нарушава и вследствие на това може да се яви сърцебиене или други някои сърдечни болести. Това е една от важните причини за сърдечни болести, ето защо, за да оздравее човек, трябва да събуди в себе си вътрешни духовни сили, с които да отстрани тревоги, безпокойства, страх. От вътрешния духовен живот на човека зависи възможността да отстрани сърдечен удар и други сърдечни болести.

Но човек трябва да вземе и външни мерки за излекуването си: всяка сутрин да се изпива една чаша студена вода на глътки, като водата се задържа в устата, докато се стопли. Това да се прави четиридесет дни подред.

II. Слабо сърце и оток на краката

Да се седне на земята по турски – с десния крак отгоре, а с левия отдолу. Когато болният се измори, да смени краката: десният да бъде отдолу, а левият – отгоре. В това положение да прави дълбоки вдишки със задържане на въздуха и с бавно издишване. Всяка вечер да мие краката с топла вода, а през вечер – слабините. Всеки ден да излиза на разходка сред природата. Да се пече на слънце умерено, а не продължително, като покрива сърдечната област с някакъв плат. Да поддържа спокойствие, да не се тревожи.

III. Сърдечен спазъм

Проявява се при силен гняв, тревога, безпокойство.

Да се измиват краката, слабините и да се изтрива с мокра гъба слънчевия възел всяка вечер. Да се пие топла вода на глътки.

IV. Анемия

1. Болният мислено да се облива със седемте цвята на слънчевия спектър: портокалените, жълтите, зелените, сините, тъмносините и виолетовите лъчи. Най-първо да си представи, че над него има душ от червени лъчи, които го обливат изцяло и проникват в него. След това ще изреди седемте цвята на спектъра, а на края да се облее с бялата, светеща диамантена светлина. С това ще завърши упражнението, което ще прави всеки ден по веднъж.

2. Ще носи яркочервен шал на шията си и често ще го гледа и пипа.

3. Мислено да се качва на Седемте рилски езера или на високо място, където е изпитал подем на силите. При такива мислени пътувания действително се отива на местоназначението с част от етерния двойник, получава се оттам енергия и човек се обновява.

При случай на тежка анемия и безсъние Учителя дава следния съвет:

С една кристална призма да проектира дъгата; когато се разложи светлината, да се съсредоточи добре над червената светлина и мислено да я прекара така, като че ли слиза душ върху мозъка му и цялото му тяло. Първо ще прави опита с призмата, за да си представи живо червената светлина, а после ще прави опита мислено. А когато няма слънце, опитът ще се прави само мислено. После да размишлява всеки ден върху едно изречение от книгата „Светът на валиките души“. При червените лъчи да прочете и да държи в съзнанието първите десет изречения от книгата „Заветът на цветните лъчи на светлината“: „Бог е Любов. Аз съм Бог твой. Аз съм цветите Сароново ...“ и пр. Тези стихове като чете, да предизвика червения цвят върху себе си като душ.

След това ще прави подобни опити и с другите цветове, като му изпратим и съответните стихове за тях. Но засега ще работи главно с червения цвят. Анемията е липса на черве-

ния цвят. В болния преобладава студът, който трябва да се преобърне в топлина.

Трябва да употребява всички плодове, които са червени – череши, дини, малини и пр. Да съзерцава червени цветя и да мисли върху тях – те са създадени от червените лъчи. Да носи червен шал. (...) Червеният цвят е емблема на живота.

Да прави специалните дихателни упражнения за възприемане на праната.

Да пие гореща вода на глътки.

Всяка вечер да си измива краката с топла вода. С тази вода да измива краката си до над колената. Краката си да държи във водата четири-пет минути.

Един брат страда от толкова силна анемия, че лицето му е жълто и безжизнено, а погледът – угаснал. Учителя дава следния съвет:

Да диша дълбоко и да задържа въздуха колкото се може повече.

Братът започва да упражнява задържане на въздуха със силна воля и постоянство и стига до три минути задържане. Учителя препоръчва още:

Всеки ден да прави разходки сред природата.

През летния сезон да прекарва на палатка на билото на Стара планина.

Да се храни със силна и изобилна вегетарианска храна.

V. Грип

Тази болест, известна под името „инфлуенца“ или „испанска болест“, през септември и октомври през 1918 г. върлува като епидемия и причинява много смъртни случаи. Всички, които са приложили метода на Учителя, са оздравели за два-три дена.

Инфлуенцата иде, за да отнеме излишния баласт от човешките умове и сърца; дойде ли, пийте гореща вода, яжте варени картофи и не се бойте.

1. Рициново масло.

2. Всеки ден сутрин, обед и вечер по три чаши гореща вода – най-малко девет чаши.

3. За храна да се употребяват само варени или печени картофи с малко сол. Никакъв хляб, никакво мляко, никаква захар, защото те повишават температурата, а горещата вода и варените или печените картофи понижават температурата.

VI. Простуда

Първи вариант:

При силна простуда ще вземеш една ябълка, ще я обелиш и дълго време ще дъвчеш коричките и после ще ги изплюеш. После ще си свариш синя тинтява, цветове от пелин и подбел и ще пиеш по една кафяна чашка на ден.

Втори вариант:

Една голяма чаша гореща вода ще изпиеш, когато си простинал, лъжичка по лъжичка в продължение на половин час, да се изпотиш добре, ще се преоблечеш и всичко минава от горещата вода, всичко, което е запушено в организма ти. Топлината от водата трябва да мине в тялото ти.

Трети вариант:

Простудили сте се малко, пак чакате на мене да помагам. Вземете си малко десетгодишно вино, домашно, стоплете го, турете чер пипер, 5-6 бучки захар, като изпиете една чашка, ще се стоплите, ще мине настинката. Хем ще ви стане приятно, хем ще ви мине настинката, ще се развеселите, но всеки ден такива банкети няма да правите.

VII. Хрема

Първи вариант:

Който иска да се лекува лесно от хрема, нека приложи следното средство: дойде ли зимата, нека си купи поне 1 000

парчета праз и щом го хване хрема, да яде по 34 пъти на ден праз. Българинът по естество е практичен, той търси лек в народната медицина и е дошъл до следните резултати: като заболее от хрема, употребява праз.

Втори вариант:

Щом ви посети хремата, дайте ѝ сварено чисто кафе в една лъжичка, но ще го дадете на носа, а не да го пиете.

Трети вариант:

При хрема стопляш малко вода, туряш сол в нея и даваш да се смъркне няколко пъти от солената вода. Трябва да се направят още няколко смъркания вечерта и на другата сутрин. След 23 смъркания хремата минава. Солената вода препятства за размножаването на микробите, които причиняват хремата.

VIII. Кръвоспиращо средство

При кръвотечение било през носа, било през друга част на тялото се препоръчва следното: серлива, непрана вълна ще се изгори в чиния и от пепелта ще се вземе малко с върха на ножче, ще се тури в устата и ще се държи, докато се стопи, и ще се гълта лека полека плюнката. Това ще се прави всеки ден два пъти – сутрин и вечер. Пепелта ще се взема преди ядене. Това се прави пет дни наред или дотогава докато спре кръвоизливът.

IX. Копривна треска

1. Най-напред се взема рициново масло.
 2. Чист въздух, умерена топлина в стаята.
 3. Пиене на гореща вода с часна лъжичка.
 4. Мазане на обрива с чисто дървено масло.
 5. Диета изключително млечна – прясно и кисело мляко.
- Може да се употреби и следната рецепта: печен лук, варени

картофи, картофена супа. Ще се избере една от двете диети.

Х. Рак

Първи вариант:

Тази болест се появява при дисхармония между главния мозък и симпатичната нервна система. Тогава някои клетки на тялото се индивидуализират и започват да се размножават по свой почин, а не според нуждите и целите на организма. Така се появяват т.нар. „ракови образowania“. За болестта да се употребят следните средства:

1. Слънчеви бани.

2. Виолетовият цвят действа лечебно при рака. Ето защо човек трябва да има виолетови предмети в стаята си. Може да носи виолетов шал, виолетови кърпи и други виолетови предмети. Може да има виолетови украшения, виолетови завеси в стаята си.

3. Всеки ден да се употребява суров лук. Който го яде, не го хваща рак, а ако е заболял, излекува се.

4. Възстановяване хармонията между главния мозък и симпатичната нервна система. Главният начин за отстраняване дисхармонията между ума и сърцето или между главния мозък и симпатичната нервна система е Любовта към Бога, Любов към всички, вяра, надежда, прави мисли, чувства и постъпки. В болния трябва да стане пълен вътрешен преврат, да стане друг човек, да тръгне по друго направление, да тръгне към Бога. Тогава може да се излекува.

Втори вариант:

Вземат се корени от кукуряк. Набождат се в една ябълка и така заедно с ябълката се изпичат във фурна. След това коренчетата се изваждат от ябълката, варят се и тази отвара се пие.

Също да се пие слънчева вода (топлена в шишета на слънце), никога да не се пие студена вода. Първичната вода в при-

родата е топла, тя отпосле е станала студена. Да не се яде месо, да се яде много проста храна, кромид лук предимно, да се пости по един-два дни в седмицата, да се пие зехтин по една лъжица на гладен стомах преди закуска.

Трети вариант:

Често пъти от подтиснати чувства се стига до рак. За рак да се яде печен лук и непрекъснато да се казва: „Аз не съм болен!“, „Добре съм!“ – това няколко месеца. Да се пие топла вода, да се обикнат хората, да се усили вярата.

XI. Разширени вени

Разширение на вените се получава при застоял живот.

1. Всяка сутрин – гимнастически упражнения.
2. Всяка вечер измиване на краката с топла вода.
3. Всеки ден – упражнение за дълбоко дишане.
4. През вечер – измиване на слабините.
5. Болният да употребява лимони – да изяде по един лимон на ден.
6. Приготвя се отвара от дъбови кори. Дъбовите кори врат, докато водата стане кафяночервена. Вземат се кори не от цер, а от онзи вид дъб, който се нарича „бяло меше“. Вземат се плътни чорапи, намокрят се в отварата от дъбови кори, обуват се и се бинтоват плътно, за да се стегнат.
7. Масажи.
8. Слънчеви бани.

XII. Циреи

1. Ленено семе се сварява с мляко и захар и се налага на мястото.
2. Може да се употреби и следното средство: сварена бамя с мляко и захар се налага на мястото.

XIII. Скрофули

Да се правят слънчеви бани преди обяд, като главата бъде на сянка. Скрофулите се лекуват чрез слънце. Ще почне с петнадесет минути и постоянно ще увеличава времето до час-час и половина.

XIV. Артериосклероза

Заболее ли някой от артериосклероза, първото нещо е да яде по възможност по-малко и то проста, чиста храна – варено жито, варен ориз, плодове.

1. Болният да употребява чесън: няколко скилидки да се счукат, да се смесят с дървено масло и да се вземат вътрешно. Може да се употребява и чеснова есенция.

2. Всяка вечер да си измива краката с топла вода, за да се подобри кръвообращението.

3. Да не употребява спиртни питиета.

4. Спокойствие, никакви тревоги.

5. Да се приложи за известно време суровоядство.

XV. Високо кръвно налягане

1. Всяка вечер да се измиват краката с топла вода.

2. Болният да употребява малко храна и малко вода. На ден да приема 300-400 г вода. Хубаво е водата да бъде дестилирана – тя спомага за спадане на кръвното налягане. Изобщо болният трябва да приема по-малко течности и по-малко течни храни.

3. Вегетарианство.

4. Да се избягват кисели, лютив и солени храни. Храната да бъде слабо солена.

5. Да употребява следната храна: сурови, настъргани моркови с малко лимон и дървено масло; варено цвекло с дървено масло и лимон; прясна коприва, само попарена

с вода, пак с дървено масло и лимон; варено жито вместо хляб. Хляб няма да яде, докато трае този режим. Този режим помага много при високо кръвно налягане.

6. За известно време да се приложи суровоядството.

XVI. Ниско кръвно налягане

1. Засилване на храната. Да се употребяват масло, яйца, повече гореща вода и супи.

2. Коприва, която се приготвя по начина, описан в горната рецепта.

БОЛЕСТИ НА ХРАНОСМИЛАТЕЛНАТА СИСТЕМА

I. Захарна болест

1. Молитва.

2. Пеене.

3. Вяра.

4. Болният да забрави, че е болен. Да има весело разположение, понеже една от причините за тази болест е притеснението. Да изхвърли от себе си мислите, които го тревожат.

5. Колкото пъти се изпотява през деня, да се преоблича. Иначе се набират отрови в тялото.

6. Всяка вечер да си измива краката с топла вода.

7. Да не преяжда. Да избира такива храни, от които се чувства добре.

8. Да яде варено жито, след като е вряло един час. Да го дъвче добре.

9. Когато почне житото да зрее, да взема житни класове, да изважда зърното и да яде млечните зърна – по 50 г на ден.

10. Да си свари царевича. Да яде зърната и да пие сока, но повече сока.

11. Всяка сутрин да ходи на игрев слънце и да прави шестте гимнастически упражнения.

12. Слънчеви бани.

13. Никакви захарни храни и никакви тлъстини!

14. Да употребява малко хляб – всеки ден около 100–150 г.

15. Да употребява повече зеленчуци: спанак, салата, пиперки, домати, моркови и пр. Фасул да не употребява. Да употребява плодове, но повече кисели, не толкова сладки.

16. Да употребява тархана.

17. Да намали употребата на кисели храни, вместо оцет може да употребява лимон.

18. Да не употребява млечни продукти като сирене и кашкавал, а колкото до прясното мляко, да е ограничено приемането му.

19. Количеството сол също да се контролира.

20. Да се приема често чай без захар, но с повече лимон. Чаша чай с малко хляб и краве масло са отлични за тази диета.

21. Екскурзии.

II. Гастрит

1. Най-първо да вземе очистително – рициново масло.

2. След това да приема не топла вода, но вряла и с лъжичка.

3. Да употребява отвара от лайка. Да се пие три пъти на ден преди ядене по една кафяна чашка.

4. Царевичната вода е хубава за стомаха – действа слабително и пречиства. Хубаво е да пиете житена вода, царевична вода, проста картофена супица, зехтин да се пие по една чаена лъжичка – на гладно. Да се яде препечен хляб.

5. Да пие четиридесет дни всяка сутрин по една чаша студена вода на гладно. Всяка глътка да се държи в устата, докато се стопли и тогава да се глътне. Значи водата да се пие на глътки и бавно.

III. Разстроен стомах

Ако свирите, вие може да се ползвате от музиката. Мене, запример, като ми се развали стомахът някой път, аз пея „до“. Докато пея, поправам стомаха хомеопатически. Ама туй, което ви говоря, то цена не хваща за вас, понеже вие нямате вяра. Вие казвате: „Как ще бъде това?“ Вие искате да разберете. Неразбраното е реалното. Ти мислиш, че знаеш. Аз вземам „до“.

Един брат имал разстроен стомах, слабо отделяне на стомашен сок и храната в стомаха оставала несмяна, което му причинявало болка и повръщане. Учителя дал следния съвет:

1. Да пие отвара от дребна лайка. Вместо нея може да употребява и отвара от пелин – по една кафяна чашка сутрин на гладно.
2. Сок от ряпа. Може да получи този сок и чрез преса.

IV. Киселини в стомаха

Първи вариант:

Една сестра имала киселини в стомаха и болки под лъжичката, които се проявявали около обед и към 4 ч. след обед. Имала и силни стомашни оригвания. Учителя ѝ дал следните наставления:

1. Да има вяра, да не се безпокои.
2. Да употребява за храна мляно кафе, варен праз, варени моркови, варено цвекло и цветно зеле. Да яде варена бамя като салатата – да се излее водата и бамята ще се яде с лимон и дървено масло.
3. Измиване на краката всяка вечер до колената с топла вода.
4. Няколко пъти на седмица да си измива слабините с топла вода.

Втори вариант:

За киселини в стомаха ви препоръчвам варен ориз без под-

правки, варен червен лук, варени моркови, варено цвекло и лесномилаеми храни.

Когато в стомаха се отделят повече киселини, трябва да ядете червен лук, пиперки, чесън, да се изпотявате повече. Тези лютиви български пиперки са за препоръчване.

V. Стомашни и коремни болки

Нервен стомах се лекува с портокали.

Овесените ядки са отлична храна за хора със слаб стомах.

Коремът ви боли, защото сте нервен, сприхав, между чувствата и мислите има дисонанс. Зехтинът поглъща всичките киселини от нервната система и много лесно се трансформира състоянието.

Първи вариант:

1. Рициново масло.
2. Млечен компрес.
3. Пиене на гореща вода.
4. Пиене отвара от равнец.
5. При слаб стомах да се употребява препечен хляб, който да се натопи във вода и да се яде.

Втори вариант:

Ако ви боли корем, можете да направите следното: всяка сутрин да пиете по 10 глътки гореща вода на всеки 5 минути. Горещата вода, приета на глътки, чисти нервната система от наслоявания, които подпушват мислите и чувствата на човека. Тя го освобождава от напрежението, което нервната система произвежда върху него.

Водата е едно от мощните средства за лекуване. Аз препоръчвам водата да се употребява по една чаена лъжичка на минута. Ако те боли стомах, употребявай в продължение на 3-4 часа по една лъжичка вода на минута. Като участва и мисълта, ще имаш резултати. За опита ще вземеш чиста планинска вода.

За да се лекувате, когато сте болни, ще изпиете 5-6 чаши гореща вода, лъжичка по лъжичка в продължение на половин час. Може да ви дойде пресилено това, но пък ще се лекувате.

Боли те корем – изпий 2-3 чаши гореща водица, лъжичка по лъжичка.

Трети вариант:

За болен стомах: една лъжица чист пчелен мед, разбъркан добре в две чаши чисто краве мляко на ден, глътка по глътка, бавно да се пие.

Четвърти вариант:

Ако ви боли стомах, опитайте четиридесет дни да ядете само лук и хляб, с малко зехтин. Четиридесет дни наред само това ще ядете, съзнателно, с радост, като лукът е за предпочитане да бъде печен или варен.

VI. Язва на стомаха или на дванадесетопръстника

Първи вариант:

1. Първи ден: сутринта се приема няколко чаши гореща вода за промиване на стомаха и червата и след това – една кафяна чашка дървено масло преди ядене. Вечерта също се приема гореща вода и след това – кафяна чашка зехтин. Един час след това се пие житена вода.

2. Втори ден: същото по отношение на горещата вода и зехтина, но вместо житена вода – овесена вода.

3. Трети ден: същото по отношение на горещата вода и зехтина, само че вечерта се приема картофена супа.

4. Четвърти ден: същото по отношение на горещата вода и зехтина, само че вечерта се приема смокинена чорба без твърдите части.

5. Петият ден е като първия, шестият ден е като втория, седмият ден е като третия, осмият ден е като четвъртия, деветият ден е като първия, десетият ден е като втория. След

десетия ден приемането на зехтина се спира, а за вечеря се приема чай със сухари и краве масло.

Втори вариант:

1. Цветовете на жълтия кантарион се заливат със зехтин и стоят на слънце четиридесет дни. След това се взема по една супена лъжица всяка сутрин и вечер, половин час преди лягане.

2. Отвара от жълт кантарион се пие по една супена лъжица преди ядене.

3. При язва да не се употребява кисело, люто и пресолено, също така да се приема боб, леща и грах, само ако са олющени от люспите.

4. Възварява се вода в джезве и щом клокне, турят се в нея три листа от тетра или смрадлика, веднага се отстранява от огъня, похлупва се и се оставя да постои така. Тази вода се пие три пъти на ден, половин час преди ядене, по една кафяна чашка. На тетрата се употребяват листата, но е хубаво да се бере, когато цъфти, тъй като тогава има по-голяма сила.

5. При слаб стомах да се употребява пречепен хляб, който да се натопа във вода и да се яде.

Трети вариант:

150 г чист зехтин се размесва хубаво със ситно счукан чесън, така че да се получи гъста каша. Да се взема три пъти на ден: сутрин, обед и вечер по една чаена лъжица.

Четвърти вариант:

Който боледува от язва, нека пече през лятото корема и стомаха си на слънце, да пие всеки ден по една кафеяна чашка зехтин – това ще прави три месеца наред.

VII. Стесняване на пилора

Сутрин, обед и вечер един час преди лягане се взема по една кафяна чашка зехтин.

VIII. Гноен колит

Една сестра имала гноен колит в правото черво. Болестта проникнала и в тънките черва, засилва се и тя час по час изхожда гной и слуз. Търси помощ от Учителя през месец август 1927 година. Учителя ѝ препоръчва да се качи на Бивака на Витоша и да се подложи на диета:

Десет дни само боровинки без хляб и нищо друго. Същевременно да нагрява корема на слънце и да прави обливни бани със слънчева вода.

На осмия ден сестрата се събудила с ужасни болки в корема и с висока температура. Надвечер изхвърлила много гной и кръв без да има изпразнения. Пратила веднага да кажат на Учителя за състоянието ѝ. Учителя казал:

Настъпила е криза, това състояние ще мине. Отмине ли кризата, да приема малко печени картофи и печен лук. Боровинките да ги вари и да пие отварата.

След деветия ден сестрата прилагала няколко дена казаното от Учителя и вече здрава се върнала на Изгрева. Нямала вече нито колит, нито болки. Още една седмица яла печени и варени картофи и печен лук, после започнала да употребява храна, която обича, като спазвала последното изискване на Учителя:

Известно време да не пие прясно мляко, а кисело – може.

IX. Запек

Имаш запек – значи малко лигавина има в червата, насъбрали са се излишъци, червата са загубили своята динамика и не могат да изхвърлят нечистотиите навън.

Запекът се дължи на малко или никаква Любов и на недоимък на вода в кръвта. Когато чувствата са топли, краката, ръцете и цялото тяло са топли, човек е бодър, разположен.

Черешите действат разхлабително върху стомаха. Забележете, всички растения, на които венчето на цвета е 5-листно, действат разслабително върху човешкия стомах.

Черешите, дините, дренките, тиквите урегулират стомаха.

Първи вариант:

1. Да се употребява тричав хляб – от смляно жито, без да се отделят триците. Такъв хляб е грубичък, но е вкусен и усилва перисталтиката на червата, тогава е невъзможно да се стигне до запек.

2. Склонният към запек да пие половин час преди ядене сутрин, обед и вечер по една чаша гореща вода.

Втори вариант:

Ако имате запечен стомах, вземете рициново масло или пийте гореща вода, за да се освободите от затруднението. Вместо да вземате рициново масло, може в продължение на половин час да се изпият 5-6 чаши гореща вода.

Трети вариант:

Ще ви дам едно упражнение за 40 дни. То има резултат, ако не се прекъсва, а се постоянства – или ще го правите, или не. В продължение на 40 дни всяка сутрин преди закуска ще изпивате по една чаша студена вода на глътки. Ще пиете бавно, съсредоточено, спокойно, без да бързате. Ще знаете, че велика работа вършите за стомаха си. Ония, които имат стегнати стомаси, ще почувстват облекчение – стомахът ще се регулира. Това упражнение има значение и за каляване на волята. Макар и отдалече да я носите, пийте чиста вода.

Четвърти вариант:

За нередовен стомах да се накиснат 30 сини сливи с вода и сутрин на гладен стомах да се изяждат.

Х. Диария и дезинтерия

Пие се отвара от подъбиче.

Ако стомахът е разстроен – три супени лъжици сок от ряпа да се взима сутрин, на обяд пак три лъжици и вечер

– също. Десет дни по три лъжици три пъти на ден и всичко ще се оправи.

ХІ. Апендисит

Първи вариант:

Лекуването да се започне когато месечината е в разсип. Най-напред се приема рициново масло, за да се очистят червата. След това се прави пълен пост за четири дни, без да се яде или пие нещо.

По време на поста болният да лежи по гръб, да си слага топло на корема, например торбичка с топли трици, увита топла тухла, електрическа възглавничка и др. Когато постът свърши, да се слага вълнена топла превръзка на корема. Отпостването се извършва така:

първия ден с картофена супа, при което болният приема само течността, без картофите, може и спаначена супа, без спанака, но да не се употребява хляб; преди супата може да се изпие чаша гореща вода;

втория ден да се яде картофена супа с картофите, но без хляб;

третия ден може да се приема хляб и меки храни – бамя, праз, картофи и постепенно през следващите дни ще се премине на обикновено хранене.

Втори вариант:

Да се тури на болното място млечен компрес от биволско или овче мляко. След като кипнат два литра мляко, ще се свалят от огъня, ще се изстиска в него един лимон и ще се прецеди през тюл. Болното място ще се намаже с дървено масло и пресеченото мляко, още докато е горещо, ще се тури на болното място, обвито с тензух. Отгоре ще се покрие с мушама и после ще се увие с вълнен шал, а и ще се бинтова, без да прониква въздух. Компресът се поставя вечер и след дванадесет часа се сваля. Това да се повтори няколко пъти.

Трети вариант:

При криза от апендисит да се ближе пудра захар и да се отива на планината.

XII. Възпаление на сляпото черво

Няколко дни абсолютен пост без храна и без вода. В някои случаи възпалението се дължи на чуждо вещество – частици от храна или друго нещо в апендисита. При глад организмът, лишен от храна, изсмуква тези частици, премахва се причината и възпалението минава.

При възпаление на сляпото черво да не се яде месо един месец, да се мият и потапят краката в топла вода и тогава да се заспива.

XIII. Хемороиди

Преди месец май болният да пие отвара от подъбиче – три пъти на ден по половин чаена чаша, защото хемороидите се засилват най-много през месец май и тогава настъпват кръвоизливи. А когато се появят хемороиди, в каквото и да е време, пак ще се пие отвара от подъбиче. Ако има външни цицки, мястото се налага с печен праз – празът да се пече на фурна. Щом се тури празът на мястото, да се превърже. Да се слага вечерно време. При всяко изхождане мястото да се измива.

XIV. Разстройство (слабо увеличение) на черния дроб

Първи вариант:

При тази болест се пие отвара от цикория. Употребява се цялото растение – корен, стъбло и листа.

Черният дроб заболява, когато човек става в чувствата си ту топъл, ту студен, така се изменят електромагнитните течения в тялото и това се отразява върху черния дроб. Болестите в черния дроб и жлъчката идват от пресиленa дейност на

нисши чувства, от свръхпроизводството на дисхармонични чувства.

При болести на черния дроб са полезни киселите храни, особено лимони. Да се избягват мазни храни и по възможност да се даде почивка на черния дроб – болният да се храни с по-лека храна.

Ако имате разстроен черен дроб, ще изяждате на ден по два лимона. В лимонените кори има витамини. Месо няма да ядете. Ще пиете по кило и половина вряла вода – сутрин, обед и вечер; водата в никакъв случай да не е студена и да е свободна от утайки. Няма да си щадите труда, ако е нужно на планината ще отидете и оттам ще си носите вода.

Втори вариант:

Ще ви дам един метод, чрез който да си въздействате при разстройство на черния дроб. Турете дясната си ръка отпред на корема, с длан към корема, а лявата на кръста пак с длан към тялото и мислено прекарайте енергиите на слънцето към центъра на земята. Ако този метод не помогне, обърнете се мислено към Онзи, Който носи хармонията в себе си. За да разберете какво е състоянието на черния дроб, гледайте какъв е цветът на лицето ви, светлината на очите и тяхната жизненост. Погледът трябва да бъде установен, да не блуждае в разни посоки.

Трети вариант:

Ако се разстрои черният дроб, постоянно ще сте неразположени. При този случай отрежете си едно парче лимон и го турете в устата си. Подръжете го така малко, после още едно парче, трето, четвърто. Цветът на лимона и самата киселина ще подействат благоприятно на черния дроб, ще се смени неразположението, ще се проясни малко лицето, светът няма да ви се вижда такъв черен. Разстрои ли се черният дроб, вие разглеждате вече нещата не както трябва.

Четвърти вариант:

За болен черен дроб: болният да яде кисели лимони. Ще започне от един лимон на ден и всеки следващ ден ще увеличава с по един, втория ден – два, третия – три и т.н. до десет дни – десет лимона и после връща назад: деветия ден – девет лимона, осмия – осем и т.н.

XV. Албумин в урината и възпаление на бъбреците

1. Пиене на гореща вода.

2. Диета: лесносмилаема храна, избягват се киселите, пресолените и лютивите храни и тези, които са богати с белтъчни вещества – албумин. Да се храни повече с плодове: ябълки, круши, варени сливи и др.

3. Да засили вярата си, всеки ден да прави връзка с Бога, да се моли, да чете Евангелието и беседите.

XVI. Пясък в бъбреците

Вземат се шестедесет върбови листа и когато заври един литър вода, тогава се пускат, за да поврат десет-петнадесет минути. От тази отвара болният ще употребява сутрин, обед и вечер по една часна чаша или само сутрин и вечер. На всеки два дни се вари нова вода. Болният, като изпие пет литра върбова отвара, ще направи почивка петнадесет-двадесет дни и след това пак може да приема дозата.

Болният да не яде спанак – зависи какъв състав има бъбречният пясък. Всеки ден да прави дихателни упражнения, да употребява плодове и да пие топла вода.

XVII. Жлъчен пясък и жлъчни камъни

За жлъчката са полезни кисели храни: лимон, кисело зеле.

1. Да се употребят върбови листа както при пясък в бъбреците.

2. Да се налагат горещи памучни компреси на мястото.

3. Коремът да се държи топъл, като болният носи вълнен пояс.

4. Ще се вземе една шепа пача трева, която расте по калдаръмите в дворовете и ще се тури във вряща вода за няколко минути. Тая отвара ще се пие като чай два пъти на ден – сутрин и вечер.

XVIII. Напикаване при деца

1. Печене на гръбначния стълб на слънце.

2. Да се тури топло на корема.

3. Да се правят разтривки по гърба и специално по гръбнака.

XIX. Глисти в стомаха

Можете да си помогнете така: три-четири дни пост и после да се вземат тиквени семки, сурови, белени.

НЯКОИ ЗАРАЗНИ БОЛЕСТИ

I. Чума

При чумата за 24 часа се развиват милиарди микроби и това, което те отделят, отравя кръвта и човек умира. Първото нещо, което трябва да се направи в такъв случай, е да се изпиват по няколко чаши гореща вода. Тогава ще се спре размножаването на микробите. Ще се пие вряла вода по 45 чаши една след друга. В такава среда не могат да виреят микробите.

Чумата се лекува с гореща вода. Болният от чума трябва да се отдели от здравите и на всеки час да му се дава по една чаша гореща вода. Като пие вода, серумът в кръвта, който служи за храна на микробите, се разреждава, и те постепенно престават да се размножават.

През време на болестта никаква храна не бива да се употребява. Връзката на човека с Бога представя сила, която се отразява върху микробите като електрически светкавици. Така, атакувани от двете страни чрез обстрелване и глад, те престават да се размножават и умират. Достатъчно е 24 часа усилена война с микробите на чумата, за да ги заставите да излязат вън от организма. Болестите не са нищо друго, освен война на човека с нисши същества.

II. Холера

Също и при холерата да се изпиват по 45 чаши гореща вода една след друга. Освен това в една чашка ще се налее малко вода, ще се капнат във водата няколко капки йодна тинктура и ще се изпие водата.

III. Жълтеница

1. Да се ядат лимони с корите – по няколко лимона на ден без захар.

2. Да се избягват мазнини.

Да се приложат лечебните средства, описани при разстройството на черния дроб.

IV. Заушка

1. Счукани маслини се налагат на мястото. Да стоят цяла нощ.

2. Денем да се прави слънчева баня на мястото, като се държи главата на сянка.

V. Шарка

1. Болният да живее в топла стая.

2. Болният да приеме очистително – рициново масло.

3. Да пие гореща вода три пъти на ден по три чаши.

4. Храна – главно варени картофи с малко сол, а понякога и картофена супа. Никакъв хляб, никакво мляко и пр.

VI. Скарлатина

1. Пиене на гореща вода по четири чаши наведнъж, за да се понижи температурата.

2. Болният да не яде хляб и да не пие мляко, защото те повишават температурата. Ще яде само варени картофи.

ДРУГИ БОЛЕСТИ

I. Ревматизъм

Първи вариант:

1. Да кажем, че болният има ревматизъм на коляното. Всяка сутрин да шиба коляното с китка от коприва. Това се прави четири или най-много десет пъти на ден и ревматизмът изчезва. Хубаво е болният сам да набере копривата – това действа лечебно, ще му повлияе нейната аура, той ще почувства като че ли го заобикаля пихтия.

2. Да се налагат горещи памучни компреси.

3. В хубав и горещ слънчев ден да се сложи диня на слънце да се напече и след това да се изяде. Дините действат здравословно, като лекуват ревматизма и много други болести.

4. Да се правят слънчеви бани.

Втори вариант:

Ако имате ревматизъм, вземете 7 глави червен лук, нарежете го на ситно, или го счукайте, сложете 25 г сол в лука и всичко това сложете на болното място, да стои около 1012 часа и така няколко компреса такива ще направите. Лукът е много лековит.

Трети вариант:

Имаш ревматизъм в коляното, от дълги години търсиш цар. Ти имаш пчели, ще се помолиш на Господа, ще туриш пчелите да те ужилат и ще оздравее коляното.

II. Ишиас

Ишиасът се дължи на противоречие между мислите и чувствата – мозъчните енергии и тези на симпатичната нервна система са в стълкновение.

1. Горещи памучни компреси.

2. Слънчеви бани.

3. Трябва да стане силно раздвижване на организма и това става при екскурзии. Като се нагорещи тялото, става реакция и ишиасът се лекува.

III. Гноен абцес

Първи вариант:

Ако кракът ви се подуе, ще сварите малко мляко, и ще го пресечете с лимон и с пресеченото мляко ще направите компрес. Така ще направите няколко компреса и ако има възпаление някакво, все от някъде ще пробие и ще изтече всичко. След това върху раната наложете селски квас.

Втори вариант:

Мед, брашно и вода се замесват и се поставят на мястото, за да изсмучат гнойта.

Трети вариант:

Царевично брашно ври с мляко и получената смес се слага на мястото, за да изсмуче гнойта.

Четвърти вариант:

Ако се е инфектирала ръката, вследствие на рана и се е подула, направете компрес от ленено семе.

Пети вариант:

Когато някъде по тялото ви се образува абцес, сложете отгоре му да постои най-хубавия хляб, който може да намерите.

IV. Отравяне на кръвта

Дъщерята на една сестра се разболяла от отравяне на кръвта. Имала чести и нетърпими болки. Лекарите я подложили на строга диета със сокове от зеленчуци и плодове, но положението се влошавало, кризите ставали все по-чести. Учителя дал следния съвет:

Да пие горещо мляко и да яде варена царевица три дни подред, след това три дни – суровоядство. Това да се повтара докато болната не оздравее.

IV. Екзема

Екземата показва, че кръвта е нечиста. Болният да се храни известно време със сурова вегетарианска храна: ябълки, круши, домати, чушки и пр. Също така и варено жито, да не употребява хляб. Суровата храна пречиства кръвта.

1. Да заври вода в по-голяма тенджера и да се турят листа от тетра в по-голямо количество; да ври по-дълго време. Тази вода се пресипва в леген и в него се потапя мястото с екземата. Ако това е невъзможно, с памук или с парче памучен плат мястото многократно се намазва с водата.

2. В джезве да възври вода и когато клокне, да се турят в нея три листа от тетра; джезвето веднага се отстранява от огъня, захлупва се и се оставя да постои. От водата се пие по една кафяна чашка сутрин, обед и вечер.

V. Ударено или натъртено

Ако някой се оплаква от болка в крак или ръка, нека на-

ложи болното място с печен лук и малко зехтин. Лукът смекчава болката и отнема температурата. Не пренебрегвайте малките неща, за да се ползвате от благата, които те крият в себе си.

Да се налага натъртеното място със счукал лук и сол.

Да се наложи на мястото селски квас.

Когато нещо ви заболи, намажете мястото със зехтин, малко позатоплен, и отгоре малко посолете чер пипер и малко оцет, и помолете някой по-магнетичен човек да ви поразтрие.

VI. При проникване на чуждо тяло в мускул или дълбокогноен абцес

1. Всяка сутрин да се прави слънчева баня на първите слънчеви лъчи.

2. Да се нареже един домати, да се наложи на мястото и да се бинтова.

3. След дванадесет часа да се свали превръзката и да се направи баня с бъз – приготвя се отвара от цъфнал бъз. Процедурата се повтаря, докато гнойта пробие и потече чиста кръв.

4. За да зарастне раната, да се забърка брашно със зехтин и един жълтък от яйце, да се омеси питка и да се наложи на мястото.

VII. Гуша

Варят се орехови листа и се пие отварата. Предпочитат се млади, пролетни орехови листа. Те са леко розови.

VIII. Бели петна по ноктите

Белите петна на ноктите показват напрежение на нервната система – нещо вълнува човека подсъзнателно, въпреки неговата воля. Те показват, че нервната система и кръвооб-

ращението не са в добро състояние. Щом се подобрят, белите петна изчезват.

1. Обливане на цялото тяло със слънчева вода един месец.

2. Болният да си пече на слънце лицето един час или час и половина сутрин, от седем и половина до девет часа. Главата да се покрие, да бъде на сянка.

IX. Средства за усилване

1. Смесват се 200 г прясно краве масло и 200 г мед. Всяка сутрин се взема по една супена лъжица от тази смес. За да бъде материалът винаги пресен, може дозата да се вземе на четири пъти, т.е. да се забърка 50 г масло и 50 г мед. Като се свърши, ще се повтори още три пъти. Това усилване да се прави през май и през септември.

2. Да се вари овес и да се пие отварата. Овесената вода усилва. Да се употребяват марули, сурови зеленчуци.

X. Слабост в краката

Една сестра не могла да си движи краката от слабост. Учителя ѝ препоръчал:

Да се свари цвят на пелин в джезве и да пие по една кафяна чашка сутрин, десет дни подред. После – двадесет дни почивка, като през всичкото време пече на слънце гръбначния стълб. Да има неопреодолима, жива вяра и всичко ще премине. Храна – вегетарианска. Студена вода никога да не пие, а само топла и то час и половина след ядене.

ОКУЛТНИ МЕТОДИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ

Направете опит със силата на вярата да се излекувате, когато ви заболи нещо: „В името на моя Господ, в Когото вярвам, заповядвам на тази болест да излезе вън от мен!“ Всяка болест е жива и разбира какво ѝ говорите. Заболи ви стомах, клетките му нещо са се индивидуализирали, станали са по-активни, не желаят да се подчинят на общия организъм. Аз, като зная това, им казвам: „Вие нещо сега сте се възгордели, вдигате много шум, сега ще ви дам малко храница, но вие мълчете и ще си гледате работата“. На някой стомах може да се даде малко житена водица, на някой друг – две супени лъжици зехтин. Прекрасно може да се живее със зехтин или с житена чорбица. В една лъжица дървено масло има доста слънчева енергия, доста кондензирана чиста храна.

Пневмонията е една болест, която се нуждае от разтривка. На какво се дължи тя? Тя се дължи на едно неестествено състояние на човешките чувства. Който страда от пневмония, всякога има в себе си едно неестествено разположение в чувствата си.

Който страда от неврастения, той пък има някакво неестествено състояние в мислите си. Неврастенията показва, че мислите на човека не са такива, каквито трябва да бъдат.

И най-после, когато човек дойде до диспенсия, болест на стомаха, тя се дължи на неразбиране на физическия свят. Като последствие на тази болест се явява разстройството на черния дроб. Значи в първия случай човек заболява от туберкулоза, във втория случай – от неврастения, а в третия случай – от разстройство в черния дроб, което показва, че нисшите чувства в човека са взели надмощие.

Питате какъв е лекът срещу тия болести. Сега ще ви дам един лек, една формула, която трябва да си запишете: ще вложите един грам мисловна енергия в мозъка си, два грама топлинна енергия в дробовете си и три грама физическа енергия в стомаха си. Това е един хомеопатически лек, който

трябва да направите. Направете този опит, да видите какъв резултат ще даде, дали ще бъде сполучлив или не. Ще турите в един чист стъклен съд 100 грама вода за един грам мисловна енергия, 200 грама вода за топлинна енергия и 300 грама за физическата енергия, или за енергията на движение, за стомаха. Значи всичко 600 грама. Тази вода ще възварите до 100 градуса. След това ще запушите това шише или стъкления съд добре и ще го оставите да седи 10 дена на слънчевите лъчи. Най-после всяка сутрин, преди обяд и преди вечеря ще си взимате по една чаена лъжичка, докато свършите всичката вода. Щом изпиете това лекарство, колкото болести имате, всичките ще се махнат.

Не трябва да гледате със суеверие на този лек, но трябва да направите опит и да видите какъв резултат ще имате. Ето как ще вземете този един грам мисловна енергия: ще поставите трите си пръста на слепите очи, ще концентрирате мисълта си и след това ще потопите пръстите си в стотте грама вода. После ще турите трите си пръста на двете ръце от двете страни на дробовете си, ще концентрирате топлинна енергия към пръстите си и после ще потопите пръстите си в двестата грама вода. След това ще турите двете ръце, но главно трите им пръста, на стомаха, отдето ще извлечете три грама физическа енергия, която ще турите в тристата грама вода. Всичко това ще стане в отделни панички, които отпосле ще съедините в един по-голям съд, който да събере 600 грама и ще възварите тази вода до 100 градуса. После ще прекарате ръцете си отгоре и ще кажете: „Да стане така, както е казано!“

Който има вяра, той само нека направи опита. Който няма вяра, да не си прави даже труд. Вие можете да направите този опит и при най-критичното положение на вашия живот. Представете си, че сте болни от някаква сериозна болест и всички лекари се отказват от вас, не искат да ви лекуват. Не остава нищо друго освен да се готвите за заминаване. В такъв случай направете този опит. Ако опитът ви излезе сполучлив, вие няма да заминете за онзи свят; ако излезе несполучлив,

ще заминете, според както са казали лекарите. Кажете си: „Толкова опити, толкова глупости съм правил досега в живота си, ще направя и още една глупост, да видя какъв резултат ще имам!“ Като отидете на онзи свят, ще ви питат: „Коя е последната глупост, която направихте на земята?“ Вие ще кажете: „Господи, турих един грам мисловна енергия в 100 грама вода, два грама топлинна в 200 грама вода и три грама физическа енергия в 300 грама вода и пих от тази вода“. Господ ще каже, че тази е най-малката ви погрешка, най-малката глупост, която сте направили.

Това е един практически опит. Понякога човек изпада в толкова лошо състояние, че го хваща полуда или му иде да се самоубие. Нека направи този опит. Друг пък страда от туберкулоза, втори – от неврастения, трети – от разстройство на черния дроб. Нека да направи този опит да облекчи състоянието си. Нищо няма да ви коства, че сте изпили 600 грама вода. Вие трябва да вярвате в закона на Любовта.

Сега аз ще ви дам една рецепта. Вземете думите на Христа: „Аз съм Пътят, Истината и Животът“. Написано чисто на една пергаментна хартия, хартията ще вземеш, ще я изгориш, ще я разтвориш в 100 грама вода и сутрин ще вземеш по 3 лъжички, на обяд по 3 лъжички и вечер 3 лъжички. Направете опит и вижте какво ще бъде вашето състояние. Вие ще кажете: „Това е суеверие!“ Хубаво, нека имате едно ново суеверие. Вие вземате билет от лотарията и очаквате да получите 50 000 лева печалба – 20 години вземате.

Когато се лекувате, понякога ще употребявате магически формули и то по времето, когато луната се празни. Някой страда от ревматизъм – нека вземе половин килограм сол на бучки, морска или каменна, и в един чист съд с чиста изворна вода да туря всеки ден по една бучка от тази сол. Ще стане рано, преди изгрев слънце, ще тури бучката сол във водата и ще каже: „Както солта се разтопява във водата, така да се разтопи и изчезне моят ставен ревматизъм!“ Тоя опит

ще го прави, докато се празни луната – две седмици. Може опита да се прави и при залязване на слънцето. Докато трае опитът, никой не трябва да ви вижда и да знае това! Може от четвърт килограм да мине, може и от половин, може и от повече, важно е да се постоянства, докато оздравеете. Някой ще каже, че това е суеверие. Когато болният взима лекарството, свещенодействия, а когато му препоръчваме един окултен метод, било заблуждение. Имате ли вяра и постоянство, със солта ще се излекувате.

ДИХАТЕЛНИ УПРАЖНЕНИЯ

Има наука за дишане на индусите, но в нея липсва нещо – в нея липсва волевото дишане. Този метод на индусите е придружен с големи противоречия – големи печалби има, но и големи загуби. В този начин на дишане стават големи кризи. Тези методи са упражнявани от индусите с хиляди години, вследствие на което те имат големи постижения. Каквито и колкото да са добри тези методи, те не са добри за европейците. Те дават големи жертви. Европейците нямат преживяванията на индусите.

Обикновеното дишане трябва да достигне до 15 вдишвания и издишвания в минута. Като правите упражненията, ще се стремите постепенно да стигнете до едно вдишване, едно задържане и едно издишване в минута. Постигнете ли това, може да лекувате всички болести, даже и туберкулозата.

Дишайте спокойно, плавно, с определен ритъм. Правете опити да се лекувате с дишане сутрин, преди обяд и преди вечеря по 1219 упражнения. Всяко вдишване, задържане и изпускане на въздуха представлява едно упражнение. Като правите тия упражнения, умът ви трябва да бъде концентриран, диафрагмата да се вдига и спуща, да се свива и разширява. Диафрагмата е граница между духовния и физическия свят. Една от причините за сърцебиенето, задухата и някои гръдни болести се дължи на изместването на диафрагмата от естественото ѝ положение. Ако тя се повдигне по-високо отколкото трябва, сърцето и дробовете не действат правилно. Когато човек поема дълбоко въздух, дробовете се изпълват, натискат върху диафрагмата и тя заема определеното ѝ място. Може да дишате и да четете „Отче наш“ или „Добрата молитва“. Ще дишате бавно, дълбоко, без отклонение на мисълта.

Който не е упражнен в дълбокото дишане, нека задържа въздуха до 23 секунди и постепенно всеки ден да увеличава задържането с още една секунда, докато стигне до 30 секунди.

Ако може да задържи въздуха до 30 секунди, той ще се справи с много неразположения и болести – главоболие, гръдна болест, стомах, парализа – всичко изчезва. Лекувайте се, преди да сте се разболели. Ако човек не диша дълбоко, никакви лекарства не могат да му помогнат. Който диша правилно, дъхът и потта му миришат хубаво и кръвообращението му е правилно. От каквато и болест да страдате, търсете помощ в дълбокото дишане. Няма болест, която да не може да се лекува с дишане.

При дишането трябва да взимат участие и коремните мускули, да дават тласък, напрежение на въздуха, да го изкарват навън. Като диша правилно, човек се обновява и освобождава както от физически, така и от психически болезнени състояния.

При тези упражнения има известни мисли, известни формули, които трябва да изговаряте мислено. Например: при вдишване, при задържане и при издишване може да изговаряте мислено следните думи: „Много Ти благодаря, Господи, за благата, които си ми дал“. Може да изговаряте мислено „Отче наш“ при вдишване, също при задържане и при издишване. Такива упражнения може да правите сутрин, обед и вечер по 10. А може да изговаряте мислено „Добрата молитва“. Може да изговаряте при вдишване мислено думите: „сила“, „живот“, „здраве“ (3 пъти). Същото ще направите при задържане и при издишване. Това упражнение може да правите сутрин, обед и вечер по 10 пъти.

Като поемете въздуха, мислено ще изговаряте думата „живот“, при задържането на въздуха ще произнасяте думата „сила“ и като издишвате, ще мислите върху думата „здраве“. Ще поемате бавно, спокойно, задържате, издишвате също бавно, докато съответно мислите върху посочените думи.

Живата енергия, която трябва да освежи организма ни, идва чрез гръбначния стълб. Мозъкът на гръбначния стълб

има свойството да поглъща праната от въздуха и да я предава на целия организъм. Запишете си формулите, които може да произнасяте мислено при поемане, задържане и изпусчане на въздуха:

Поемане: „Благодаря Ти, Господи, за Божествения живот, който си вложил във въздуха и който приемам заедно с въздуха“.

Задържане: „Този Божествен живот, който приемам с въздуха, прониква във всичките ми клетки и навсякъде дава сила, живот и здраве“.

Издихване: „Този Божествен живот ме укрепва и аз го проявявам навън чрез своята дейтелност“. Под „Божествен живот“ се разбира праната. Живо ще си представите праната как сълзи от клетка в клетка, от орган в орган и отива навсякъде.

Вдишване: „Да се прослави името Божие в мене!“

Задържане: „Да се въдвори Царството Божие и Неговата правда в мене!“

Издихване: „Да бъде Волята Божия!“

Вдишване: „Господи, благодаря Ти, че идваш в мене“.

Задържане: „Господи, благодаря Ти, че си в мене“.

Издихване: „Господи, благодаря Ти, че си оставил Своего благословение в мене“.

Един метод за дишането е следният: след като приемете в дробовите си чистия въздух и го задържите 152030 секунди, трябва да кажете в себе си положителните думи: „Господи, заради голямото благо, което си ми дал, аз съм готов да изпълня Твоята Воля!“ Тези трептения, които излизат чрез въздуха, отиват в пространството и се хроникират. И това, което си приел от въздуха, образува една реакция – приетата сила от въздуха се нагажда в организма. Съществата от другия свят като ви слушат, и те ще възприемат тази формула, която за тях е едно благо. Тъй щото едновременно с вас и те ще приемат благо от въздуха. Не само един път трябва да казваш тези думи, но колкото пъти дишаш през деня, все

трябва да си служиш с някоя формула. Няколко формули трябва да употребява човек при дишането.

С дишането човек може да се освободи от всякакво тягостно състояние. Ето още какво можете да кажете като дишате: „Господи, аз се радвам и скърбя заедно с тези, които се радват и скърбят – аз ще бъда едно с тях“.

Ако не си ял три дена, започни да дишаш и кажи: „Господи, благодаря ти, че не съм ял три дена, за да имам възможност да мисля повече и по-правилно за Тебе“.

I. Упражнение за дишане

Ако стомахът или коремът ви боли, направете 6 упражнения по 4 пъти на ден. Като правите упражнението, турете лявата ръка на корема с дланта надолу. Върху лявата ръка турете дясната ръка, пак с дланта надолу. Като вдишвате дълбоко, трябва да усещате свиване и разпусчане на диафрагмата. Който не диша дълбоко, не може да бъде ученик на новото учение.

II. Упражнение за дишане

Първото нещо, като станете сутрин не се спирайте върху тревогата! Отправете ума си към Бога, започнете да дишате на вдишки през лявата ноздра, понеже теченията на лявата ноздра са на луната, на чистене; после ще поемеш с дясната ноздра, ще изпущаш въздуха, то е слънчевото течение. Туй, което възприемеш от него, обработи го и ще го върнеш назад. През лявата ще вдишваш, а през дясната ще издишваш, ще задържаш този въздух. Три пъти ще правиш тия упражнения и ще имаш здравословно състояние. Тогава работите вървят добре.

Ще поемете въздух през лявата ноздра. В това време дясната ще бъде затворена. При поемане на въздуха мислено ще произнасяте формулата: „Само Божията Любов е Любав“. Като задържите въздуха известно време, ще отворите дясната ноздра и бавно ще изпущате въздуха навън, като

произнасяте същата формула. В това време лявата ноздра ще бъде затворена. Правете упражнението 3 пъти на ден: сутрин, обед и вечер, когато имате разположение и време. При всяко упражнение ще правите 3 или 10 пъти вдишвания и издишвания.

Вдишване през лявата ноздра. През това време се изговарят мислено думите: „Да се прослави Името Божие в мене!“ При задържане на въздуха се изговарят думите: „Да дойде Царството Божие и Божията правда в мене!“ При издишването се изговаря: „Да бъде Волята Божия!“ През лявата ноздра да се поема въздух 5 пъти. След това обратното – 5 пъти да се поема въздух през дясната ноздра и да се издиша през лявата.

Да се поеме въздух първо с лявата ноздра, като се брои от 10 до 15, после да се запуши и да се задържи въздухът в дробовите около 3040 секунди и след това да се издиша бавно, ритмично. Когато се поема въздух през лявата ноздра, дясната трябва да е запушена, а при задържането и двете да са запушени. Тези упражнения са необходими за всички хора, особено за тези, които се занимават с умствен труд. Те са необходими и за здрави, и за болни.

III. Упражнение за дишане

Ръцете се изнасят бавно настрани, като се поема дълбоко въздух, после се издигат нагоре, а въздухът се задържа. Ръцете зад главата, бавно спускане на ръцете надолу, като се издиша бавно.

IV. Упражнение за дишане

Бавно издигнете ръцете над главата и дълбоко поемете въздух. С издигане на ръцете се повдигат и очите нагоре. Задържане на въздуха известно време. Бавно сваляне на ръцете надолу, издишване и бавно сваляне на очите надолу.

V. Упражнение за дишане

Ръцете, свити в юмрук, поставяте на раменете. Разтваряте бавно ръцете настрана, вдишвате дълбоко въздух, задържате го и след това спущате бавно надолу ръцете, отстрани на тялото и бавно издишвате. По този начин вие поемате достатъчно прана от въздуха и кръвта се раздвижва, капилярите се разширяват и кръвообращението се усилва.

VI. Упражнение за дишане

Двете ръце се простират настрана, хоризонтално, с отворени длани, обърнати нагоре.

1. Вдишване – бавно се вдишва въздух и същевременно се свиват пръстите, при което палецът се поставя върху средния пръст и показалеца. През това време се мисли, че заедно с въздуха се възприема и Божията Любов. Тя прониква във въздуха и във всичко, понеже Бог прониква във всичко, а Бог е Любов.

2. Задържане на въздуха – колкото се може повече време, като мислим, че усвояваме Любовта, тя прониква в цялата ни природа. През време на задържането на въздуха, бавно прибираме двете ръце, които са със свити пръсти, и ги поставяме до гърдите.

3. Издишване – постепенно протягаме ръцете си встрани хоризонтално и когато съвсем ги протегнем, бавно изправяме пръстите на ръцете. През това време издишваме въздуха и мислим, че изпращаме в света светлина, която излиза от нашата Любов.

VII. Упражнение за дишане

Вдишване – 16 единици време, задържане на въздуха – 16 единици и издишване – 32. Това ще го правите 3 пъти на ден – сутрин, обед и вечер по 6 пъти. Вдишването ще правите през лявата ноздра, ще задържате въздуха и ще издишвате през дясната ноздра. Ще продължите 23 месеца.

VIII. Упражнение за дишане

Упражнението има за цел да увеличи вашата способност да задържате въздуха. При това упражнение няма да си служите с никакви единици – ще вдишвате по-бавно и по-дълбоко, след това ще задържате въздуха колкото се може по-дълго и ще издишвате колкото се може по-бавно. Времето за задържане да се увеличава постепенно: 1 мин, 1 1/2 мин, 2 мин, 2 1/2 мин и т.н.

IX. Упражнение за дишане

Когато сте нервни, разгневени, запушете с палеца на дясната си ръка дясната ноздра, а през лявата поемете въздух, като броите мислено до 7. След това не поемайте повече въздух и мислено бройте до 10. После запушете лявата ноздра, а през дясната изпускайте въздуха бавно, като броите до 9.

Това упражнение помага за регулиране на нервната възбуда, за успокояване на мозъка или за усилване на паметта. Сутрин и преди обяд ще поемете въздух през лявата ноздра, а ще го изпускате през дясната. Вечер ще поемете въздух през дясната ноздра, а ще го изпускате през лявата. Ще правите упражненията по 21 пъти на ден: сутрин, преди обяд и вечер по 7 пъти.

ШЕСТТЕ ОСНОВНИ ГИМНАСТИЧЕСКИ УПРАЖНЕНИЯ

Упражненията, които правите, са необходими, понеже в половината част на тялото ви се набира повече негативна енергия, а в другата половина – положителна. При тия упражнения различните енергии в тялото ви се балансират. Когато човек е здрав, когато чувства и мисли правилно, енергиите сами по себе си се балансират. Но когато човек не е здрав, природата сама предизвиква балансиране на тия енергии – тя създава известна болест и с това предизвиква разни движения. Човек, като боледува, започва да се гърчи, да се движи, става, ляга, а с това енергиите се регулират. Ако се регулират правилно, човек оздравява, ако не се урегулират правилно, човек заминава.

При гимнастическите упражнения, за да правите контакт с невидимите светове, трябва да опънете мускулите си. Ако ръцете са отпуснати в хлабаво положение, нищо няма да придобиете. За да възприемете нещо, трябва ръцете да са опънати.

Трябва да знаете, че при всяко движение вие се свързвате с теченията на природата. Щом обтегнете ръката си и държите ума си концентриран, вие имате вече контакт с тези течения. И тогава при всеки даден случай вие можете да имате връзка или с електричеството на земята, или с електричеството на слънцето. При всяко обтягане на ръката вие можете да имате още контакт или със земния, или със слънчевия магнетизъм. Магнетизмът пък изобщо е свързан с праната, т.е. с жизнената енергия на природата. Тъй щото при обтягане на ръцете и краката и при концентриране на ума човек използва жизнените енергии на природата и става здрав и силен. При халтаво държане на ръцете природните сили не могат да се използват.

Във всички упражнения, които правите, умът трябва да присъства, за да привличате от природата силите, които са ви необходими. Ако движите ръката си механически, нищо не се ползвате. Ако прекарате ума през показалеца, вие ще станете по-благородни, хора с достойнство, милостиви. Ако искате да станете справедливи, трябва да упражнявате средния, сатурновия пръст. За благородство и музикалност, за усет към красивото ще упражнявате безименния пръст, четвъртия. Ако искате да уреждате работите си добре и да имате едни хубави отношения към околните, тогава ще упражнявате малкия пръст. Ако искате да добиете нещо Божествено, ще упражнявате палеца. Голямо богатство е ръката.

Добре е, като правите движения за регулиране на вашия организъм, да ги придружавате с гласните букви „а“ и „о“ – два мощни звука. Разумните движения регулират нервната система, която е носителка на жизнените енергии – тя възприема живите сили от природата. Когато нервната система е в изправност, всички функции на организма се извършват правилно.

Когато отдалечавате ръцете си, това действа успокоително. Когато пък движите ръцете си една срещу друга, се получава действие в противовес на първото. Затова вие ще кажете на тия противодействащи сили да се движат нагоре.

Първо упражнение:

Издигнете двете ръце отстрани на тялото, с дланите надолу, на височината на раменете. След това дясната ръка се издига бавно нагоре, под ъгъл 45° от равнището на раменете, а лявата се спуска надолу, под ъгъл 45° от равнището на раменете и в това положение се кляка шест пъти, като по време на упражнението съсредоточавате мисълта си към предната част на мозъка. Упражнението служи за регулиране предната част на мозъка.

Второ упражнение:

Това упражнение е като първото, само че лявата ръка се издига нагоре, под ъгъл 45° от равнището на раменете, а дясната се спуща надолу под същия ъгъл, при което се кляка 6 пъти. През време на това упражнение съсредоточавайте мисълта си към сърцето. Упражнението служи за регулиране на чувствата.

Трето упражнение:

Изнесете и двете ръце назад с обърнати длани една срещу друга и гребете напред, при което се кляка 6 пъти. През време на това упражнение съсредоточете мисълта си към гръбначния стълб. То служи за регулиране на гръбначния стълб.

Четвърто упражнение:

Издигнете лявата ръка нагоре и напред на изток, а дясната надолу. Въртене на тялото около кръста и плаване с ръцете. И това упражнение се прави 6 пъти. Докато се прави това упражнение, ще съсредоточавате мисълта си към стомаха. То служи за регулиране на стомаха.

Пето упражнение:

Поставете ръцете на кръста. Закрепете тялото на левия крак, а десният се изнася навън, надясно, като се образува с него бавно полукръг от дясно на ляво – 6 пъти. След това закрепвате тялото си здраво на десния крак и с левия правите същото както и с десния крак, пак 6 пъти. През време на упражнението съсредоточавате мисълта си към нервната система. То служи за регулиране на нервната система.

Шесто упражнение:

Издигнете ръцете настрани, на височината на раменете и бавно ги издигате нагоре, докато се опрат пръстите на двете ръце горе. Повдигнете тялото на пръсти и в това положение бавно прикляквате, при което ръцете се прибират край тялото. И това упражнение се прави 6 пъти. То пред-

ставява завършване на първите пет упражнения. Нарича се магнетично събличане и обличане: надолу – събличане, нагоре – обличане.

Тези упражнения ще правите един път през деня. Ако се правят сутрин, е прекрасно, на обяд – хубаво, а вечер – добре. Тези упражнения трябва да се правят много бавно и правилно, с добре обтегнати ръце и крака, ако искате да имате добри резултати. Движението на ръцете е за развитието на сърцето и гърдите. Съсредоточаването на мисълта усилва ума. Изпълнението на всички упражнения пък усилва волята.

С Г Б И У Б Б Ж З